

Kursprogramm 2. Halbjahr 2010

Geburtsvorbereitungskurse

Kursleitung Andrea Vierlinger & Silke Then, Hebammen
für Paare

Mittwochs 18:30 - 20:30

18.8.-22.9.10 / 27.10 – 24.11.10 / 12.1 – 16.2.11 / 23.2 – 30.3.11
Geburtsvorbereitung für Profis (Eltern, die sich auf das nächste Kind
einstimmen möchten) Termine auf Anfrage

Wochenend- Intensiv Geburtsvorbereitung

Samstag & Sonntag 10:00 - 16:00

28.&29.08.10 / 18.&19.09.10 / 02.&03.10.10 / 30.&31.10.10
13.&14.11.10 / 04.&05.12.10 / 29.&30.01.11 / 19.&20.02.11

Freitag (15:00 - 21:00) & Samstag (10:00 - 16:00)

25.&26.06.10 / 20.&21.08.10 / 03.& 04.09.10 / 19.& 20.11.10
26.&27.11.10 / 10.&11.12.10 / 14.& 15.01.11 / 04.& 05.02.11 / 25. &
26.02.11 weitere Termine auf Anfrage

Akupunktur- zur Geburtsvorbereitung, Entwässerung, Schmerzlinderung
und Entspannung - Termine nach Vereinbarung

Shiatsu – Termine nach Vereinbarung

Babymassage

**Donnerstags 9:30 - 10:45 & 11:15 – 12:30, Kursleitung Andrea
Vierlinger**

27.05.-01.07.10 / 19.08.-16.09.10 / 23.9.-04.11.10
11.11.-09.12.10 / 13.01.-10.02.11

Schwangerencafé

Mittwochs von 9:00-11:00 Uhr (2x pro Monat)

kleines Frühstück in netter Atmosphäre mit Austausch und Beratung.

Bitte mind. 3 Tage vorher telefonisch anmelden - 5,00€ Unkostenbeitrag

Mutter und Kuchen

Freitags von 10:00-12:00 (1 x pro Monat)- leckeres Frühstück für Mütter/
Väter & Babys mit Beratung+Austausch, Stilltreff

Bitte mind.3 Tage vorher telefonisch anmelden- 5,00€ Unkostenbeitrag

1.Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern Kursleitung:

Dr. med.Daniela Heinemann,Fachärztin für Anästhesie&Notfallmedizin

27.06.10/ 17.07.10/ 07.08.10/ 12.09.10/ 28.11.10/ 12.12.10/ 19.01.11

jeweils 09:00-15:00 Uhr – Babys dürfen natürlich mitgebracht werden!!

Gesund von Anfang an... Stillen, Umstellung auf Beikost, Zahngesundheit
von Anfang an, Allergien -mit Blick auf die Ernährung,vollwertige Ernährung
für die ganze Familie.....Termine auf Anfrage

Ernährungsberatung für Schwangere & Mütter auch Einzelberatung
möglich

Beratung zum Thema Tragehilfen – Tücher- Säcke auf Anfrage

Anmeldung für das ges. oben stehende Angebot bei

Andrea Vierlinger , Hebamme unter: 0177-5564239

oder info@hebammewiesbaden.de gerne bieten wir bei Bedarf auch
zusätzliche Kurse an – fragen Sie uns !

Yogakurse mit Sonja Thomas, Yogalehrerin & Fotografin

Infos&Anmeldung unter 0163-4282083 oder www.sonjathomas.de

– für Schwangere, - für Mütter zur Unterstützung der Rückbildung,

– für Mütter & Babys - für den Rücken - sanftes Yoga für Einsteiger

Montag, Dienstag, Mittwoch& Donnerstag, Einstieg jederzeit möglich!

Yoga mit Kindern und Jugendlichen

Info&Anmeldung bei Jörg de Faria (stud.Sportlehrer&Pädagoge)

0178-4860938 oder yosh@defaria.net

Rückbildungsgymnastik Rückbildung mit Baby

Info&Anmeldung bei Silke Wartenberg, Hebamme, 0177-6412747

Montags & Dienstags 9:30-10:45 und 11:15-12:30

10.08.-28.09.10 / 16.08.-04.10.10 / 05.10.-23.11.10

11.10.-29.11.10 / 06.12.-24.01.11 / 04.01.-22.02.11

**Zeit für mich...zurück zur alten Form – Körperstraffung, Pilates &
Entspannung...** der Kurs nach der Rückbildungsgymnastik

Abenteuer Babyzeit, liebevoll begleiten,verstehen, fördern,gemeinsam
erleben:„Die Maxi – Cosi-Bande“ unter qualifizierter Anleitung &

„Die kleinen Maestros“ **musikalische Früherziehung -**

Musikgarten



Wiesbadens Hebammerei

Andrea Vierlinger

Wiesbadens Hebammerei

Parkstraße 101

D-65191 Wiesbaden

Mobil: 0177 - 556 42 39

www.hebammewiesbaden.de