



Geburtsvorbereitungskurs im Wasser (Drei Abende mit dem Partner)

Kursbesuch ca. ab der 28. Schwangerschaftswoche

Kursinhalte

- Erleben und Geniessen der Schwerelosigkeit im Wasser
- Entspannungs- und Atemübungen im warmen Wasser (34°C), wobei man auch abtaucht.
- kurze Fitnessprogramme speziell für Schwangere
- Informationen über Schwangerschaft und Geburtsablauf, Stillen und Wochenbett
- Gerne beantworten wir Ihre Fragen in der Gruppe oder im Einzelgespräch.

Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs Sie nicht auf eine Wassergeburt vorbereitet, er leitet lediglich zur Entspannung im Wasser an.

Kursgrösse

maximal acht Teilnehmerinnen

Kursdauer

6 × 120 Minuten, jeweils einmal pro Woche

Kurstag / Zeit

Freitag, 19⁰⁰ – 21⁰⁰ Uhr

Kursdaten 2017

06.01. – 10.02.2017
24.02. – 07.04.2017
21.04. – 02.06.2017 (26.05. kein Kurs)
09.06. – 14.07.2017
04.08. – 08.09.2017
22.09. – 27.10.2017
03.11. – 08.12.2017

Kurskosten

CHF 300.–
Ein Teil der Kosten wird teilweise auch von der Krankenkasse übernommen.

Kursort

Reha Rheinfelden
Salinenstrasse 98
4310 Rheinfelden

Kursanmeldung Geburtsvorbereitung im Wasser 2017

[Online-Anmeldung](#)

- Kurs vom **06.01. – 10.02.2017**
- Kurs vom **24.02. – 07.04.2017**
- Kurs vom **21.04. – 02.06.2017** (26.05. kein Kurs)
- Kurs vom **09.06. – 14.07.2017**
- Kurs vom **04.08. – 08.09.2017**
- Kurs vom **22.09. – 27.10.2017**
- Kurs vom **03.11. – 08.12.2017**

Name: _____

Vorname: _____

Strasse / Hausnummer: _____

PLZ / Wohnort: _____

Telefon: _____

Geburtsdatum: _____

betreuender Arzt: _____

Entbindungstermin: _____

Wievielte Geburt: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____