



# Rückbildungsgymnastik kompakt

GRUPPENANGEBOT

Der Kurs findet zwei Mal in der Woche statt, sodass die Rückbildung nach vier Wochen abgeschlossen ist. Der Vorteil dieses Kurskonzepts liegt darin, dass ein zweimaliges Trainieren pro Woche wesentlich effektiver ist und die Teilnehmenden schneller zu alter Stärke zurück finden. Der Kurs dient der Stabilisierung des gesamten Körpers. Ihre Babys sind herzlich willkommen, aber nicht Bestandteil der Übungen.

## Was?

ART DES ANGEBOTS

Gruppenangebot

KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON

Melanie Prasniewski

LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

ALTER DES KINDES

0 bis 1 Jahre

## Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Von 06.10.2026 (09:15 Uhr) bis 29.10.2026 (10:30 Uhr)

ADRESSE

AWO Hebammenambulanz  
Meißener Straße 5  
50126 Bergheim

TERMIN(E)

Dienstag und Donnerstag jeweils von 9:15 - 10:30 Uhr

## Anmeldung

### ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

### WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG

<https://www.hebammen-ambulanz-rheinerft.de/>  
Kurs buchen anklicken -> gewünschten Kurs auswählen, in den Warenkorb legen und nach Anleitung fortfahren

Bitte melden Sie sich nur zum Kurs an, wenn voraussichtlich an allen Kursstunden teilgenommen werden kann - die Hebamme erhält lediglich die von Ihnen besuchten Stunden von der Krankenkasse finanziert. Falls Sie also Urlaub planen oder andere nicht verschiebbare Termine haben, bitten wir Sie, einen alternativen Kurs zu buchen.

Wenn Sie nach Ihrer verbindlichen Anmeldung nicht im Kurs erscheinen oder nach wenigen Stunden nicht mehr zum Kurs kommen, kann die Hebamme die nicht von der Krankenkasse finanzierten Kursstunden in Privatrechnung stellen! Die Kosten eines Rückbildungskurses werden von der Krankenkasse übernommen, wenn der Kurs bis zum Ende des neunten Monats nach der Geburt abgeschlossen wurde.

### LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

### KOSTEN DES ANGEBOTS

Leistungen, die auf Grundlage des Vertrages über die Versorgung mit Hebammenhilfe nach §134a SGB V erfolgen, werden von der Hebamme direkt mit Ihrer gesetzlichen Krankenkasse abgerechnet.

## Inklusion & Barrierefreiheit

### RÄUMLICHE ZUGÄNLICHKEIT

- Voll zugänglich für Rollstuhlfahrer:innen
- Behindertengerechter Aufzug
- Behindertengerechtes WC

### INHALTLICHE ZUGÄNLICHKEIT

- keine Angabe

## Durchführende Organisation

### ADRESSE

**AWO Hebammenambulanz**

Meißener Straße 5 50126

Bergheim

### KONTAKTPERSON

Petra Schiffer-Mödder

### TELEFON

02271 - 5697407

### EMAIL

[hebammenambulanz@awo-bm-eu.net](mailto:hebammenambulanz@awo-bm-eu.net)

### LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

## Träger des Anbieters

### ADRESSE

**AWO Regionalverband Rhein-**

**Erft & Euskirchen e.V.**

Zeißstraße 1 50126 Bergheim

### TELEFON

02271 - 603-0

### EMAIL

[info@awo-bm-eu.net](mailto:info@awo-bm-eu.net)

### ART DES TRÄGERS

Freier Träger (konfessionell)

### LINK TRÄGER

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)