



Geburtsvorbereitung für Frauen (Ortsteil Borghorst)

KURS / WORKSHOP

- Informationen über Schwangerschaft und Geburt - Gymnastische Übungen zur Kräftigung des Kreislaufes und Thromboseprophylaxe - Wirbelsäulen- und Beckenübungen, Rückenhaltung - Atem- und Entspannungsübungen, Gebärhaltungen - Umgang mit Unsicherheit und Abbau von Ängsten (psychische Geburtsvorbereitung) - Möglichkeiten der Schmerzlinderung - Partnerabend

Was?

ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop

ALTER DES KINDES

vor der Geburt

LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Dauerhaftes Angebot

ADRESSE

Familienbildungsstätte Steinfurt

Schulstraße 3

48565 Steinfurt

TERMIN(E)

mittwochs 17:30 - 19:00 Uhr

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

Durchführende Organisation

ADRESSE

**Familienbildungsstätte
Steinfurt** Schulstraße 3 48565
Steinfurt

KONTAKTPERSON

Beate Wiechers

TELEFON

02552 93550

EMAIL

info@fbs-steinfurt.de

LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des
Anbieters](#)

ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses
Anbieters](#)

Träger des Anbieters

ADRESSE

**Regionalverband der kath.
Erwachsenen- und
Familienbildung Steinfurt e.V.**
Mühlenstr. 31 48432 Rheine

ART DES TRÄGERS

Freier Träger (konfessionell)
