



Frühe Hilfen



Rückbildungskurs

Kurs / Workshop

Rückbildungskurs

Im Rückbildungskurs lernen Sie gemeinsam mit anderen Müttern in einem geschützten Umfeld Übungen zur Stärkung des Beckenbodens, der Bauch- und der Rückenmuskulatur. Der Kurs richtet sich an Frauen ab der 8. Woche nach der Geburt des Kindes bis zum 9. Lebensmonat. Sie haben außerdem die Möglichkeit, unserer Hebamme Fragen zu stellen und sich mit anderen Müttern auszutauschen.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Nora van Cleve

Hebamme

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

immer dienstags von 15:00 - 16:00 Uhr

Wo?

SOS Kinderdorf

Hammacherstraße 33
45127 Essen

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Bei Interesse senden Sie uns eine E-Mail an nora.vancleve@sos-kinderdorf.de oder kommen Sie vorbei und melden Sie sich direkt unterm im

Café **Bundesstiftung**
Frühe Hilfen



Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Durchführende Organisation

SOS Kinderdorf

Hammacherstraße 33
45127 Essen

Name Kontaktperson

Nora van Cleve

Telefon

0201 3201012-0

Email

Nora.vanCleve@sos-kinderdorf.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

SOS Kinderdorf e.V.

Renatastraße 77
80639 München

Art des Trägers

Freier Träger

Telefon

089/12606-170

Email

info@sos-kinderdorf.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)