



## **Unser Kursangebot rund um Schwangerschaft und Geburt**

### **Geburtsvorbereitung mit Partner**

**19:00 – 21:00 Uhr**

**im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt**

<b>Entbindungstermin</b>	<b>Kursdaten</b>	<b>Hebamme</b>	<b>Kontakt</b>
April 2012	donnerstags 02.02.-15.03.12	Claudia Moll	02151/572017 claudiamoll@freenet.de
April/Mai 2012	mittwochs 22.02.-04.04.12	Nicole Schmelcher- Fabri	02161/461010 nicole.schmelcher- fabri@t-online.de
Mai 2012	montags 12.03.-30.04.12	Marielle Smits- Geurts	0031-77398 8188 oder 02166/394-2217 Di + Mi marielle-smits@tele2.nl
Juli 2012	donnerstags 26.4.-21.6.12	Claudia Moll	02151/572017 claudiamoll@freenet.de
Juli 2012	montags 07.05.-25.06.12	Marielle Smits- Geurts	0031-77398 8188 oder 02166/394-2217 Di + Mi marielle-smits@tele2.nl
August 2012	mittwochs 06.06.-18.07.12	Nicole Schmelcher- Fabri	02161/461010 nicole.schmelcher- fabri@t-online.de
Oktober 2012	montags 20.08.-01.10.12	Marielle Smits- Geurts	0031-77398 8188 oder 02166/394-2217 Di + Mi marielle-smits@tele2.nl
Dezember 2012	montags 15.10.-26.11.12	Marielle Smits- Geurts	0031-77398 8188 oder 02166/394-2217 Di + Mi marielle-smits@tele2.nl

### **Geburtsvorbereitung mit Partner – Wochenendkurs**

**Samstag + Sonntag 14:00 – 18:00 Uhr**

**im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt**

<b>Entbindungstermin</b>	<b>Kursdaten</b>	<b>Hebamme</b>	<b>Kontakt</b>
April 2012	25.02. und 26.02.2012	Kamilla Kosciuk	02431/8066939
Juni 2012	14.04. und 15.04.2012	Kamilla Kosciuk	02431/8066939



## **Unser Kursangebot rund um Schwangerschaft und Geburt**

### **Aqua-Fit in der Schwangerschaft**

**montags von 18:30 – 19:30 Uhr  
im Schwimmbad der Hardterwald-Klinik, Mönchengladbach-Hardt**

<b>Entbindungstermin</b>	<b>Kursdaten</b>	<b>Hebamme</b>	<b>Kontakt</b>
April 2012 (nur 5x)	06.02. – 12.03.2012	Melanie Opel	02161/468530
Juni 2012	02.04. – 04.06.2012	Melanie Opel	02161/468530

### **Fitness in der Schwangerschaft**

**dienstags von 19:00 – 20:00 Uhr  
im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt**

Beginn des Kurses in der 24./25. SSW

<b>Termine und Anmeldung</b>	<b>Brigitte Brendel-Zelazny</b>	<b>02166/265982</b>
------------------------------	---------------------------------	---------------------

### **Rückbildungsgymnastik**

**von 18:00 – 19:00 Uhr  
im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt**

<b>Kursdaten</b>	<b>Hebamme</b>	<b>Kontakt</b>
<b>freitags –</b>		
13.04. - 18.05.2012	Nicole Schmelcher-Fabri	02161/461010 nicole.schmelcher- fabri@t-online.de

### **Rückbildungsgymnastik im Wasser (Aqua-Fit)**

**sonntags von 14:45 – 16:15 Uhr**



## **Unser Kursangebot rund um Schwangerschaft und Geburt**

im Schwimmbad der Hardterwald-Klinik, Mönchengladbach-Hardt

<b>Termine und Anmeldung</b>	<b>Ramona Wandtke</b>	<b>0152/05871119</b>
------------------------------	-----------------------	----------------------

### **Babymassage**

dienstags von 10:00 – 11:15 Uhr  
im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt

<b>Termine und Anmeldung</b>	<b>Eva Tuma</b>	<b>02166/1474531</b>
------------------------------	-----------------	----------------------

### **Babygymnastik**

dienstags von 11:15 – 12:30 Uhr  
im Gymnastikraum der Frauenklinik, Elisabeth-Krankenhauses Rheydt

<b>Termine und Anmeldung</b>	<b>Eva Tuma</b>	<b>02166/1474531</b>
------------------------------	-----------------	----------------------

### **Babyschwimmen**

sonntags von 16:45 – 18:00 Uhr  
im Schwimmbad der Hardterwald-Klinik, Mönchengladbach-Hardt

<b>Termine und Anmeldung</b>	<b>Ramona Wandtke</b>	<b>0152/05871119</b>
------------------------------	-----------------------	----------------------