



## Rückbildungsgymnastik

Kurs / Workshop

## Rückbildungsgymnastik

Nach der Geburt ist es für die junge Mutter wichtig, ihren Körper wieder zu kräftigen. In diesem Kurs wird mit gezielten Übungen für Schultern, Brust, Bauch und den Beckenboden der Körper mobilisiert. Der Kurs sollte in den ersten neun Monaten nach der Geburt des Kindes abgeschlossen sein.

### Was?

#### Art des Angebots

Kurs / Workshop

#### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

#### Kursleitung/Ansprechperson

Hebamme

#### Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

### Anmeldung

#### Anmeldung erforderlich

Ja

#### Weitere Angaben zur Anmeldung

Tel. 02306 / 77 27 20, Email: [elternschule@klinikum-luenen.de](mailto:elternschule@klinikum-luenen.de)

#### Kosten des Angebots

Die Kosten übernimmt die Krankenkasse, wenn innerhalb von vier Monaten nach der Geburt begonnen und bis zum neunten Monat nach der Geburt der Kurs abgeschlossen wird.

### Wann?

#### Termin(e)

Kursdauer: 8 x 75 Minuten Termine: Bitte in der Elternschule nach aktuellen Terminen fragen.

### Wo?

#### Elternschule - St. Marien-Hospital

Marienstraße 23  
44534 Lünen

### Trägerschaft

#### Katholisches Klinikum Lünen/Werne GmbH

Altstadtstraße 23  
44534 Lünen

#### Art des Trägers

Freier Träger (konfessionell)

#### Name Kontaktperson

Herr Balmann

#### Telefon

02306 / 7722 27

#### Email

[balmann.bernhard@klinikum-luenen.de](mailto:balmann.bernhard@klinikum-luenen.de)

#### Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)

## Durchführende Organisation

### Elternschule - St. Marien-Hospital

Marienstr. 23  
44534 Lünen

### Name Kontaktperson

Angela Mandala

### Telefon

02306 77 58 74

### Email

[angela.mandala@klinikum-luenen.de](mailto:angela.mandala@klinikum-luenen.de)

### Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)