



stadt wermelskirchen
der richtige ort



(c) panthermedia.net

Rückbildungsgymnastik mit/ohne Säugling

Kurs / Workshop

Rückbildungsgymnastik mit/ohne Säugling

Im Rückbildungskurs zeigt die Hebamme gezielte Übungen, um den durch Schwangerschaft und Geburt belasteten Beckenboden, die gedehnte Bauch- und die Rückenmuskulatur zu trainieren. Damit haben Sie die Möglichkeit, späteren Beschwerden – wie Gebärmutter- und Blasensenkung und unwillkürlichem Harnabgang – wirkungsvoll vorzubeugen oder bereits bestehende Beschwerden zu lindern. Die Krankenkasse übernimmt die Kursgebühren für 8 Kurseinheiten, wenn der Kurs vor Ende des 9. Lebensmonats des Kindes beendet wird und regelmäßig besucht wird.

Teilnahme ab 9. Wo nach einer spontanen Entbindung, nach Kaiserschnitt ab 13. Wo möglich.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Kursleitung/Ansprechperson

Anke Siebel

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

Mittwochs 9:30-10:45 Uhr, 8 Kurseinheiten

nächster Kursstart 30.08.2023

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Hebamme Anke Siebel

42929 Wermelskirchen

Anmeldung

Bundesstiftung
Frühe Hilfen 

 Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

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



Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung mit Name, Vorname, Adresse, Telefonnummer, Name und Geburtsdatum des Kindes

Kosten des Angebots

Die Kursgebühr übernimmt in der Regel die gesetzliche Krankenkassen. Sind Sie privat versichert, fragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse nach, ob sie die Kosten für den Rückbildungskurs übernimmt.

Durchführende Organisation

Hebamme Anke Siebel

42929 Wermelskirchen

Name Kontaktperson

Anke Siebel

Telefon

02196-6802

Email

anke-s.siebel@gmx.de

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Anke Siebel

42929 Wermelskirchen

Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)

Name Kontaktperson

Anke Siebel

Telefon

02196-6802

Email

anke-s.siebel@gmx.de