



Bonner Familienportal

Bonn. Gemeinsam wachsen.

Rückbildung am Abend Ohne Kind (R")

KURS / WORKSHOP, GRUPPENANGEBOT, BERATUNG, MEDIZINISCHE VERSORGUNG

Dieser Rückbildungskurs bietet einen Abend nur für Sie!

Nach kurzem Aufwärmen erwartet Sie eine ausgewogene Mischung aus Beckenbodentraining, Stärkung von Bauch, Beinen, Po und Rücken, sowie eine Entspannungsphase zum Ende jeder Stunde.

Freuen Sie sich auf Raum für Beisammensein unter frisch gebackenen Müttern und Zeit, nach dem Wochenbett mal wieder etwas für sich zu tun.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen Sie dicke Socken und etwas zu Trinken mit.

Was?

ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop, Gruppenangebot, Beratung,
Medizinische Versorgung

ALTER DES KINDES

0 bis 1 Jahre

LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Dauerhaftes Angebot

ADRESSE

DOULA e.V. / Geburtshaus Bonn
Villenstraße 6
53129 Bonn

TERMIN(E)

Aktuelle Termine findet ihr unter:

<https://www.geburtshaus-bonn.de/kurse-und-angebote/nach-der-geburt>

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

Durchführende Organisation

ADRESSE

**DOULA e.V. / Geburtshaus
Bonn** Villenstraße 6 53129 Bonn

TELEFON

0228 7215707

LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des
Anbieters](#)

EMAIL

info@geburtshaus-bonn.de

ALLE ANGEBOTE DIESES
ANBIETERS

[Andere Angebote dieses
Anbieters](#)

Träger des Anbieters

ADRESSE

**DOULA - Verein für Geburt in
Würde und Menschlichkeit
e.V.** Villenstr. 6 53129 Bonn

TELEFON

0228 7215707

LINK TRÄGER

[Weiter zur Homepage des
Trägers](#)

EMAIL

info@geburtshaus-bonn.de