

Geburtsvorbereitungskurs – Themen & Ablauf

1. Tag

Beginn: Samstag Vormittag 10:00 – 13.30 (ohne Partner)
Inhalt: Vorstellung, Schwangerschaft, Beckenboden

Pause: 13:30 Uhr – 14:30 Uhr

Beginn: Samstag Nachmittag ca. 14:30 – 17:00 Uhr (mit Partner)
Inhalt: Geburt

2. Tag

Beginn: Sonntag Vormittag 10:00 – 12:30 (mit Partner)
Inhalt: Stillvortrag, Wochenbett

Pause: 12:30 Uhr – 13:30 Uhr

Beginn: Sonntag Nachmittag ca. 13:30 – 17:00 Uhr (mit Partner)
Inhalt: Das Baby, Anschaffungen