

## **Das aktuelle Kursprogramm des 2. Halbjahres 2010**

Bitte beachten Sie: Die Teilnehmerzahl für unsere Kurse ist beschränkt. Melden Sie sich daher rechtzeitig telefonisch an. Die Anmeldung zu allen angebotenen Kursen ist ausschließlich telefonisch möglich.

Anmeldung und Information im Kreißaal des Clemenshospitals: 0251.976-2563

### **Geburtsvorbereitungskurse**

#### **Geburtsvorbereitung für Frauen, mit einem Partnerabend**

vom 05.08. bis zum 23.09.2010 donnerstags 18-20 Uhr, 7x2 Stunden  
vom 14.09. bis zum 26.10.2010 dienstags 18-20 Uhr, 7x2 Stunden  
vom 14.10. bis zum 25.11.2010 donnerstags 18-20 Uhr, 7x2 Stunden  
vom 30.11. bis zum 11.01.2011 dienstags 18-20 Uhr, 7x2 Stunden

#### **Geburtsvorbereitung für Paare**

An den ersten drei Abenden treffen sich ausschließlich die Frauen.  
Zu den darauf folgenden vier Terminen sind Sie dann gemeinsam als Paar eingeladen.

vom 18.08. bis zum 06.10.2010 mittwochs von 19.30-21.30, 7x2 Stunden  
vom 19.10. bis zum 07.12.2010 dienstags von 19.30-21.30, 7x2 Stunden  
vom 08.12. bis zum 26.01.2011 mittwochs von 19.30-21.30, 7x2 Stunden

### **Rückbildungskurse**

#### **Rückbildung am Abend ohne Kind**

vom 26.08. bis zum 14.10.2010 donnerstags von 20.00-21.15, 8x1,25 Stunden  
vom 28.10. bis zum 16.12.2010 donnerstags von 20.00-21.15, 8x1,25 Stunden