

vorläufiger Kursplan für März 2009

Stand: 19.03.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
	2	3	4	5	6	7	
10.00							
11.00							
12.00							
13.00	noch keine Kurse						
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
	9	10	11	12	13	14	
10.00							
11.00							
12.00							
13.00	noch keine Kurse						
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	16	17	18	19	20	21
10.00						"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1)
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)				
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)					
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)	Rückenschule/WSG (Monika) 2)				
16.00				Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00						
18.00		Partnerschaftliches Reiki für Paare (Frank) 3)			"Erzähl von deiner Entbindung" - Storytelling (Thomas) 3)	
19.00			Autogenes Training für Schwangere (Thomas) - 19.15 Uhr! 3)			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	23	24	25	26	27	28
10.00				Mein Kind erspüren und wahrnehmen lernen mit Shiatsu (Karola) 2)	Frühchengruppe (Monika) 2)	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1)
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)			Babymassage (Monika) 2)	
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)					
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)	Rückenschule/WSG (Monika) 2)				
16.00				Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00						
18.00		Partnerschaftliches Reiki für Paare (Frank) 3)	Partnerschaftliches Körperverstehen mit Shiatsu (Karola) 2)	"Mein inneres Kind" - Transaktionsanalyse für Schwangere (Thomas) 3)	"Erzähl von deiner Entbindung" - Storytelling (Thomas) 3)	
19.00			Autogenes Training für Schwangere (Thomas) - 19.15 Uhr! 3)			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	30	31				
10.00						
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)				
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)					
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)	Rückenschule/WSG (Monika) 2)				
16.00						
17.00						
18.00		Partnerschaftliches Reiki für Paare (Frank) 3)				
19.00						

Offene Kurse = einfach vorbeikommen und mitmachen
Geschlossene Kurse = haben unterschiedliche Laufzeiten, bitte vorher in Kursliste eintragen

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

vorläufiger Kursplan für April 2009

Stand: 15.04.2009

		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		1	2	3	4
10.00			Mein Kind erspüren und wahrnehmen lernen mit Shiatsu (Karola) 2)	Babymassage (Monika) 2)	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1)
11.00					
12.00					
13.00					
14.00					
15.00					
16.00			Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00					
18.00		Partnerschaftliches Körperverstehen mit Shiatsu (Karola) 2)	"Mein inneres Kind" - Transaktionsanalyse für Schwangere (Thomas) 3)	"Erzähl von deiner Entbindung" - Storytelling (Thomas) 3)	
19.00		Autogenes Training für Schwangere (Thomas) - 19.15 Uhr 3)			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	6	7	8	9	10	11
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)		Mein Kind erspüren und wahrnehmen lernen mit Shiatsu (Karola) 2)		
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)					
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)				Ostern	Ostern
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)				Ostern	
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		Ostern
17.00						
18.00		Partnerschaftliches Reiki für Paare (Frank) 3)	Partnerschaftliches Körperverstehen mit Shiatsu (Karola) 2)	"Mein inneres Kind" - Transaktionsanalyse für Schwangere (Thomas) 3)		
19.00			Autogenes Training für Schwangere (Thomas) - 19.15 Uhr 3)			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	13	14	15	16	17	18
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)		Mein Kind erspüren und wahrnehmen lernen mit Shiatsu (Karola) 2)	Babymassage (Monika) 2)	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1)
11.00						
12.00	Ostern					
13.00						
14.00						
15.00						
16.00	Ostern	Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00						
18.00		Partnerschaftliches Reiki für Paare (Frank) 3)	Partnerschaftliches Körperverstehen mit Shiatsu (Karola) 2)	"Mein inneres Kind" - Transaktionsanalyse für Schwangere (Thomas) 3)	"Erzähl von deiner Entbindung" - Storytelling (Thomas) 3)	
19.00			Autogenes Training für Schwangere (Thomas) - 19.15 Uhr 3)			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	20	21	22	23	24	25
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)		Mein Kind erspüren und wahrnehmen lernen mit Shiatsu (Karola) 2)	Babymassage (Monika) 2)	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1)
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)					
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)					
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)					
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00						
18.00		Reiki für Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern (Frank) 2)	Partnerschaftliches Körperverstehen mit Shiatsu (Karola) 2)	"Mein inneres Kind" - Transaktionsanalyse für Schwangere (Thomas) 3)		
19.00						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	27	28	29	30		
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)				
11.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)					
12.00	Gönnen Sie sich eine Massage: 30 Minuten = 25 € (von Irene)					
13.00						
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2)					
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)					
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2)		
17.00						
18.00	Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere (Thomas) 3)	Reiki für Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern (Frank) 2)	Fußmassage für Schwangere und Mütter (Karola) 1)	Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung		
19.00		"Nur nicht wie meine Mutter!" 2) - Identitätsarbeit (Thomas) - 19.15 Uhr				

Offene Kurse = einfach vorbeikommen und mitmachen
Geschlossene Kurse = haben unterschiedliche Laufzeiten, bitte vorher in Kursliste eintragen

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für Mai 2009

Stand: 28.05.2009

				Freitag	Samstag	Sonntag
				1	2	3
9.00						
10.00						
11.00						
12.00				Maifeiertag		
13.00						
14.00						
15.00				Maifeiertag		
16.00						
17.00						
18.00						
19.00						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	4	5	6	7	8	9	10
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2			Babymassage (Monika) 2		
11.00	Cantlenica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2			
17.00							
18.00	Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere (Thomas) 3	Reiki für Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern (Frank) 2	Fußmassage für Schwangere und Mütter (Karola) 1				
19.00		*Nur nicht wie meine Mutter!* 2) - Identitätsarbeit (Thomas) - 19.15 Uhr					

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
	11	12	13	14	15	16	17		
9.00	Hebammensprechstunde								
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2			Babymassage (Monika) 2				
11.00	Cantlenica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2		Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung		
12.00									
13.00									
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 0 - 9 Monate) (Denise) 2								
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2								
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne) 2					
17.00									
18.00	Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere (Thomas) 3	Reiki für Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern (Frank) 2	Fußmassage für Schwangere und Mütter (Karola) 1	Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung	Geburtsvorbereitung				
19.00		*Nur nicht wie meine Mutter!* 2) - Identitätsarbeit (Thomas) - 19.15 Uhr							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	18	19	20	21	22	23	24
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2			Babymassage (Monika) 2		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
12.00							
13.00				Himmelfahrt			
14.00							
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2	Shiatsu-Kurzbehandlungen				
17.00				Himmelfahrt			
18.00	Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere (Thomas) 3	Reiki für Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern (Frank) 2	Fußmassage für Schwangere und Mütter (Karola) 1				
19.00		*Nur nicht wie meine Mutter!* 2) - Identitätsarbeit (Thomas) - 19.15 Uhr					

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	25	26	27	28	29	30	31
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2			Babymassage (Monika) 2		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
12.00							
13.00							
14.00							
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2					
17.00							
18.00	Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere (Thomas) 3		Fußmassage für Schwangere und Mütter (Karola) 1	Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung			
19.00		*Nur nicht wie meine Mutter!* 2) - Identitätsarbeit (Thomas) - 19.15 Uhr					

Offene Kurse = einfach vorbeikommen und mitmachen
 Geschlossene Kurse = haben unterschiedliche Laufzeiten, bitte vorher in Kursliste eintragen

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für Juni 2009

Stand: 17.06.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1	2	3	4	5	6	7
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)			Babymassage (Monika) 2)		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
12.00	Pfingsten						
13.00							
14.00	Pfingsten						
15.00							
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)					
17.00							
18.00							
19.00							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	8	9	10	11	12	13	14
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)			Babymassage (Monika) 2)	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)					
17.00							
18.00				Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung			
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)				Geburtsvorbereitung		

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	15	16	17	18	19	20	21
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)			Babymassage (Monika) 2)		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
12.00							
13.00							
14.00							
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)		Fußmassage für Mütter/Väter mit Kleinkind (Karola) 2)				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Autogenes Training für Mütter (Thomas) 2)						
18.00							
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	22	23	24	25	26	27	28
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)			Babymassage (Monika) 2)		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)		Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)		Fußmassage für Mütter/Väter mit Kleinkind (Karola) 2)				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)	Shiatsu-Kurzbehandlungen	Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Autogenes Training für Mütter (Thomas) 2)						
18.00							
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	29	30					
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)					
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)					
17.00	Autogenes Training für Mütter (Thomas) 2)						
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)						

Offene Kurse = einfach vorbeikommen und mitmachen
Geschlossene Kurse = haben unterschiedliche Laufzeiten, bitte vorher in Kursliste eintragen

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für Juli 2009

Stand: 09.07.2009

		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1	2	3	4	5
9.00						
10.00				Indische Babymassage (Monika) 2)		
11.00			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
12.00						
13.00						
14.00						
15.00		Fußmassage für Mütter/Väter mit Kleinkind (Karola) 2)				
16.00			Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00			Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00						
19.00			Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	6	7	8	9	10	11	12
9.00	Hebammensprechstunde			Rückbildungsgymnastik Ende Kurs1 (Irene) 2)			
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)		Rückbildungsgymnastik Beginn Kurs 2 (Irene) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)		Fußmassage für Mütter/Väter mit Kleinkind (Karola) 2)				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Autogenes Training für Mütter (Thomas) 2)			Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	13	14	15	16	17	18	19
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)		Fußmassage für Mütter/Väter mit Kleinkind (Karola) 2)				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Autogenes Training für Mütter (Thomas) 2)			Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	19.30: Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)				Geburtsvorbereitung		

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	20	21	22	23	24	25	26
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Abenteuer Elternschaft (Thomas) 2)			Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00				Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung			

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	27	28	29	30	31		
9.00	Hebammensprechstunde						
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
12.00							
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)		Mein Kind erspüren mit Shiatsu (Karola) 2)				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)			
17.00	Abenteuer Elternschaft (Thomas) 2)	Im eigenen "Körper-Zuhause" ankommen (Thomas) 1)		Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00		Hatha-Yoga (Anna) 19.15 Uhr		Hebammensprechstunde und -vorsorge bei Irene Kind gegen Voranmeldung			

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für August 2009

Stand: 03.08.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	3	4	5	6	7	8	9
9.00							
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2		Indische Babymassage (Monika) 2		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
12.00							
13.00							
14.00							
15.00			Mein Kind erspüren mit Shiatsu (Karola) 2				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2					
17.00	Abenteuer Elternschaft (Thomas) 2	Im eigenen "Körper-Zuhause" ankommen (Thomas) 1		Mutter werden, Mütter sein (NLP) (Thomas) 2			
18.00	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00		Hatha-Yoga (Anna) 19.15 Uhr					

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	10	11	12	13	14	15	16
9.00							
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2					
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen
17.00	Abenteuer Elternschaft (Thomas) 2	Im eigenen "Körper-Zuhause" ankommen (Thomas) 1					
18.00	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00		Hatha-Yoga (Anna) 19.15 Uhr					

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	17	18	19	20	21	22	23
9.00							
10.00							
11.00	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen		
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen	geschlossen		
17.00							
18.00							
19.00							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	24	25	26	27	28	29	30
9.00							
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2	Rückbildungsgymnastik Beginn Kurs (Irene) 2	Indische Babymassage (Monika) 2	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3		Rückbildungsgymnastik Beginn Kurs (Irene) 2			
12.00							
13.00							
14.00							
15.00			Mein Kind erspüren mit Shiatsu (Karola) 2				
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2	Kleine Musikzwerge (ab Laufalter) (Linda) 2				
17.00		Im eigenen "Körper-Zuhause" ankommen (Thomas) 1					
18.00	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00		Hatha-Yoga (Anna) 19.15 Uhr	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr Beginn Kurs (Irene) 2		Geburtsvorbereitung		

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	31						
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1						
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1						
19.00							

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
 Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für September 2009

Stand: 03.09.2009

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1	2	3	4	5	6
9.00						
10.00	Pilates/WSG (Monika) 2)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
11.00	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Indische Babymassage (Monika) 2)	Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2)			
12.00						
13.00						
14.00						
15.00					Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)	
16.00	Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)		
17.00			Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2)			
18.00	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Achtsamkeits-/Meditations-übungen (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	7	8	9	10	11	12	13
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2)			
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2)						
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)					Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)	
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)		Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)	
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Achtsamkeits-/Meditations-übungen (Thomas) 1) 19.15 Uhr		Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	14	15	16	17	18	19	20
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2)			
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2)						
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)					Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)	
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)		Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)	
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Achtsamkeits-/Meditations-übungen (Thomas) 1) 19.15 Uhr		Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	21	22	23	24	25	26	27
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)		Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)	Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2)			
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2)						
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)					Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)	
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)		Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)	
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Achtsamkeits-/Meditations-übungen (Thomas) 1) 19.15 Uhr		Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)		Geburtsvorbereitung		

	Montag	Dienstag	Mittwoch				
	28	29	30				
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)				
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2)						
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)						
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)					
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.15 Uhr (Irene) 2)	Achtsamkeits-/Meditations-übungen (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)				

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
 Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für Oktober 2009

Stand: 03.09.2009

			Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1	2	3	4
9.00						
10.00			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00			Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2			
12.00				PEKIP Beginn: 11.45 Uhr	Tag der deutschen	
13.00						
14.00						
15.00				Kleine Musikzweige (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2	Einheit	
16.00			Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzweige (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00			Mutter werden. Mutter sein (NLP) (Thomas) 2			
18.00						
19.00						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	5	6	7	8	9	10	11
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2	Rückbildungsgymnastik Beginn: 11.30 Uhr (Irene) 2			
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2				PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzweige (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzweige (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	12	13	14	15	16	17	18
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2	Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2				PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzweige (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzweige (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	19	20	21	22	23	24	25
9.00							
10.00	fällt aus	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	fällt aus	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	fällt aus				
12.00	fällt aus				PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 5 - 9 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzweige (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2	Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzweige (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	fällt aus	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	fällt aus	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	26	27	28	29	30	31	1
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	fällt aus	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	fällt aus				
12.00	fällt aus			Rückbildungsgymnastik Kursstart (Irene) 2	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildung Kursstart Beginn 13.30 Uhr (Irene) 2			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 5 - 9 Monate) (Denise) 2						
16.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2	Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzweige (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung (Thomas) 1) 19.15 Uhr		Geburtsvorbereitung		

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Kursplan für November 2009

Stand: 03.09.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	2	3	4	5	6	7	8
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	fällt aus				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00				Mutter werden, Mutter sein (NLP) (Thomas) 2			
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	Gewaltfrei erziehen von Anfang an (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	9	10	11	12	13	14	15
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Entbindung hinterher (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	16	17	18	19	20	21	22
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Entbindung hinterher (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	23	24	25	26	27	28	29
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Pilates/WSG (Monika) 2	Indische Babymassage (Monika) 2		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2				Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2		Musik & Bewegung (Marianne) 2	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2		
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2	"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Entbindung hinterher (Thomas) 1) 19.15 Uhr		Geburtsvorbereitung		

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	30						
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1						
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2						
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2						
13.00							
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2						
16.00							
17.00							
18.00	Cantienica - Beckenbodentraining (Irene) 1						
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2						

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
3) Schwangere

Kursplan für Dezember 2009

Stand: 03.09.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1	2	3	4	5	6
9.00							
10.00		Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)				
12.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
14.00							
15.00					Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)		
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00		"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI (Thomas) 1) 19.15 Uhr	Entbindung hinterher (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	7	8	9	10	11	12	13
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	Musik verzaubert (5 - 9 Monate) 11.15 Uhr (Gisela) 2)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)				
12.00	Musik verzaubert (9 - 14 Monate) 12.15 Uhr (Gisela) 2)			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)				Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)		
17.00							
18.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)		Entbindung hinterher (Thomas) 1) 19.15 Uhr				

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	14	15	16	17	18	19	20
9.00							
10.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Pilates/WSG (Monika) 2)	Indische Babymassage (Monika) 2)		PEKIP Beginn: 10.00 Uhr		
11.00	fällt aus	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum (Greta) 2)				
12.00	fällt aus			Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)	PEKIP Beginn: 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik (Irene) 2)			
14.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Minis: 2 - 5 Monate) (Denise) 2)						
15.00	Bewegen, Spielen und Mehr! (Maxis: 9 - 18 Monate) (Denise) 2)				Kleine Musikzwerge (11 - 16 Monate) 15.30 Uhr (Alexandra) 2)		
16.00		Rückenschule/WSG (Monika) 2)		Musik & Bewegung (Marianne) 2)	Kleine Musikzwerge (ab Lauffalter) 16.30 Uhr (Alexandra) 2)		
17.00							
18.00	Cantienca - Beckenbodentraining (Irene) 1)	Schwangerschaftsgymnastik (Monika) 3)					
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr (Irene) 2)						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	21	22	23	24	25	26	27
9.00							
10.00	fällt aus	fällt aus					
11.00	fällt aus	fällt aus					
12.00	fällt aus						
13.00			Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
14.00	fällt aus						
15.00	fällt aus						
16.00		fällt aus					
17.00			Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
18.00	fällt aus	fällt aus					
19.00	fällt aus						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	28	29	30	31	1	2	3
9.00							
10.00	fällt aus	fällt aus					
11.00	fällt aus	fällt aus					
12.00	fällt aus						
13.00			Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
14.00	fällt aus						
15.00	fällt aus						
16.00		fällt aus					
17.00			Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien	Weihnachtsferien
18.00	fällt aus	fällt aus					
19.00	fällt aus						

Offene Kurse = Einstieg jederzeit möglich
 Geschlossene Kurse = haben Anfangs- und Endzeitpunkt

1) für alle
 2) Mütter/Väter mit/ohne Kind
 3) Schwangere

Preise

Babykurse	Kurseinheiten	Kursgebühr
Bewegen, spielen & mehr	10 Termine	89,00 €
Musik verzaubert	10 Termine	89,00 €
Musik und Bewegung	10 Termine	89,00 €
Kleine Musikzwerge	10 Termine	89,00 €
Pekip	10 Termine	99,00 €
Babymassage (ayurvedisch oder indisch)	5 Termine	49,50 €

Bewegungs- und Entspannungskurse	Kurseinheiten	Kursgebühr
Cantienica	5 Termine	49,50 €
Yoga für Mütter/Väter oder Yoga für Schwangere	10 Termine	99,00 €
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson für Mütter und Schwangere	5 Termine	49,50 €
Achtsamkeits- und Meditationsübungen für Schwangere	5 Termine	49,50 €
Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule/Pilates	10 Termine	99,00 €
Schwangerschaftsgymnastik mit Yoga-Elementen	10 Termine	99,00 €

Elternschule	Kurseinheiten	Kursgebühr
Gewaltfrei erziehen - von Anfang an	5 Termine	64,50 €
Entbindung hinterher - innere Verarbeitung bewusst und unbewusst	5 Termine	64,50 €

"Wer bin ich?" - Typenfindung mit MBTI für Schwangere und Eltern

5 Termine

64,50 €

Kursplan

Stand: 03.11.2009

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00							
10.00	Cantienica - Beckenbodentraining	Pilates/WSG	Indische Babymassage		PEKIP 10.00 Uhr	Geburtsvorbereitung	Geburtsvorbereitung
11.00	Musik verzaubert (5 - 7 Monate) 11.15 Uhr	Schwangerschaftsgymnastik	Ayurvedische Babymassage				
12.00	Musik verzaubert (7 - 12 Monate) 12.15 Uhr		Ayurvedische Babymassage "Nur für Papis"	Rückbildungsgymnastik	PEKIP 11.45 Uhr		
13.00				Rückbildungsgymnastik 13.30 Uhr			
14.00	Bewegen, Spielen & Mehr! 2 - 5 Monate						
15.00	Bewegen, Spielen & Mehr! 5 - 9 Monate				Kleine Musikzwerge (11-16 Mon.) 15.30 Uhr		
16.00	Bewegen, Spielen & Mehr! 9 - 18 Monate			Musik & Bewegung ab Laufalter (Marianne)	Kleine Musikzwerge (ab Laufalter) 16.30 Uhr		
17.00							
18.00		Schwangerschaftsgymnastik			Geburtsvorbereitung		
19.00	Rückbildungsgymnastik 19.30 Uhr	Gewaltfrei erziehen von Anfang an 19.15 Uhr	Progressive Muskelentspannung 19.15 Uhr				
		*Wer bin ich? - Typenfindung mit MBTI für Schwangere und Eltern	Entbindung hinterher - Innere Verarbeitung bewusst und unbewusst				

offene Kurse (Einstieg jederzeit möglich)

geschlossene Kurse (Bitte nächsten Beginn erfragen)

Wochenendseminar

Kursplan

Stand: 05.04.2011

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
10.00		Pilates/WSG	Ayurvedische Babymassage im Snoezelraum, Start 18.05. (Liegekinder)	PEKIP (Start 18.05.) 9.30 Uhr (Jan-Mär-Babys)	PEKIP (05.05.-07.07.) 9.45 Uhr (Okt-Dez-Babys)	FABEL (29.04.-24.06.) 10.00 Uhr (Apr-Jun-Babys)
11.00	Musik verzaubert (5-14 Monate) 11.15 Uhr	Schwangerschaftsgymnastik	Babysnoezeln im Snoezelraum, Start 27.04. (Liegekinder)		PEKIP 11.15 Uhr	FABEL (06.05.-29.07.) 11.15 Uhr (Aug-Okt-Babys)
12.00		PEKIP (03.05.-14.06.) 12.30 Uhr (Nov-Jan-Babys)		Rückbildung, Start: 04.05.	PEKIP (02.06.-04.08.) 12.45 Uhr (Aug-Okt-Babys)	FABEL (03.06.-05.08.) 12.30 Uhr (Nov-Jan-Babys)
13.00				Rückbildung 13.30 Uhr Start: 04.05.		
14.00						
15.00	Bewegen, Spielen & Mehr! (Liegekinder)					
16.00	Bewegen, Spielen & Mehr! (Krabbellalter)				Musik & Bewegung (ab Laufalter) 16.30 Uhr	
17.00	Bewegen, Spielen & Mehr! (Laufalter)					
18.00						
19.00						

geschlossener Kurs (nächsten Start bitte erfragen)	offene Kurse (Einstieg jederzeit möglich)
--	---