

Mütter/Väter Babys Kinder

Was	Wann	Anmeldung+Info
Musikgarten: Musikalische Früherziehung für Babys 0,5 bis 2 Jahre und 3-5 Jahre Veronika Simor	Dienstag 15:30-16:15 (0,5-2 Jahre) und 16:25-17:10 (3-5 Jahre) Freitag 10:00-10:45 (0,5-2 Jahre)	Veronika 0650-4908209 simorveronika@hotmail.com www.musikalischefrueherziehung.com www.starkefamilie.at
Trageworkshop Petra Ihle	Freitag 15:00-17:00 17.1.2020/14.2./13.3./10.4/8.5./5.6.	Petra: 0699-13532436 workshop@tragecoaching.at www.tragecoaching.at
Eltern-, Baby-, Schwangeren-Plausch Hebammen Beate Lenzhofer und Angela Paulczinsky	für alle die Lust haben!! kostenlos! Dzt kein Termin	Beate 0664-6108328 Angela 0676-5308821
Spielgruppe Mit Hedi Rieder Mair	Mittwoch 14:00-16:00 19.2./26.2./4.3./11.3./18.3./25.3./22.4./29.4./6.5./13.5.	Hedi 0676 936 74 90 Hedi.rieder@utanet.at www.hedi-rieder-mair.at
	Je 10 Einheiten €210,-	

Sonstige Veranstaltungen

Was	Wann	Anmeldung+Info
Vinjasa Flow Yoga Uschi Stoxreiter	Freitag 8:00-9:00 wieder ab 10.1. Mittwoch 18:15-19:30 wieder ab 8.1. €18.-/pro Einheit	Uschi 0664-3335551 uschstox@gmx.at www.lifevoga.at
Geburtsfilm Mit Alexandra Jesch-Bönnhardt & Hebamme	Samstag/Sonntag 17.00-19.00 29.2./22.3./30.5./27.6	Alexandra 0664-4693121 kontakt@puntarella.at www.puntarella.at

7STERN X PRAXIS

ÄrztInnen

Die Nussdorfhebammen

TherapeutInnen

Veranstaltungskalender

2020

Schwangerschaft • Yoga • Stillen

Geburtsvorbereitung • Kinderarztinfo

Trageworkshop • Hypnobirthing • Baby

Akupunktur • Massage für Schwangere

Geburtsfilm • Instinctiv Birth

Baby-Pflege • Wochenbett • Rückbildung

Musikgarten • Yoga & Qigong

Pikler-Spielraum • Babymassage • Babytreff

7STERN X PRAXIS

ÄrztInnen

Die Nussdorfhebammen

TherapeutInnen

Schwangerschaft und Geburt

Was	Wann	Anmeldung+Info
Infoabend: Babypflege Hebamme Beate Lenzhofer informiert über Pflege, Wickeln, Tragen, Baden	Donnerstag 19:00-21:00 23.1./19.3./16.4. 25.6./16.7. €15/Person	Informationsabende keine Anmeldung nötig!
Infoabend: Geburt Hebamme Beate Lenzhofer informiert über die Geburt	Donnerstag 19:00-21:00 9.1./5.3./23.4./ 4.6./23.7. €10/Person	
Infoabend: Wochenbett- die erste Zeit nach der Geburt Hebamme Andrea Mayerhofer informiert über das Wochenbett	Donnerstag 19:00-21:00 16.1./12.3./30.4. 18.6./30.7. €10/Person	
Infoabend: Kinderarzt Kinderarzt Hubert Göpfrich informiert über Untersuchungen, Impfungen, Erkrankungen u. Ernährung im 1. Lebensjahr	Donnerstag 19:00-21:00 30.1./26.3./28.5./ 20.8./22.10./3.12. €10/Person	
Infoabend: Stillen Stillberaterin Angelika Rössle informiert über einen guten Stillbeginn + über das Stillen	Donnerstag 17:30-19:30 6.2./2.4./14.5./2.7./3.9./15. 10./19.11./10.12 €15/Person	
Geburtsvorbereitung für Paare und Einzelpersonen Hebamme Angela Paulczinsky	Samstag oder Sonntag 10-18Uhr 11.1./26.1./15.2./8.3./21.3. /18.4./25.4./9.5./16.5./7.6. /20.6. €150.-/Paar, €75.-/Person	Angela 06765308821 angela_paulczinsky@hotmail.com www.geburtsvorbereitung-hebamme.at/
HypnoBirthing-die Mongan Methode zur Geburtsvorbereitung Heb. Angela Paulczinsky Pro Kurs 4 Abende bzw. wie auf Homepage ausgeschrieben	Montag 18:30-21:00 Kurs N: 24.2. bis 16.3. Kurs Q: 23.3. bis 14.4. Kurs R: 20.4. bis 11.5. Kurs T: 18.5. bis 15.6. Dienstag 18:30-21:00 Kurs O: 25.2. bis 10.3. Kurs P: 17.3. bis 31.3. Kurs S: 21.4. bis 5.5. Kurs U: 12.5. bis 6.6. Kurs V: 9.6. bis 30.6. € 365.-/Paar incl Buch+CD	Angela 06765308821 angela_paulczinsky@hotmail.com www.geburtsvorbereitung-hebamme.at/
EINZELCOACHING zur Geburtsvorbereitung, Fitnessübungen für die Schwangerschaft Atmen und Entspannen Hebamme Beate Lenzhofer	flexible Terminvergabe Ort: zu Hause oder in der Praxis 1 Std. zu Hause €100.- 1Std. in d. Praxis €90.-	Beate 06646108328 b_lenzhofer@hotmail.com
Instinctive Birth Geburtsvorbereitung Isabella Ulrich	Wochenendseminar: 25./26./27.12.2020 20./21./22.11.2020 €230,-	Isabella Ulrich 0676-9527310 instinctivebirth@gmx.at www.naturalbirthmovement.info/
Yoga für die Geburt(ab der 22.SSW) Claudia Pörsch	Montag 9:00-10:30 6Einheit.+1Partnertermin 20.1. bis 24.2. 2.3. bis 6.4. 20.4. bis 25.5. €148,-	Claudia 06507919609 yogafuerdiegeburt@gmx.info https://www.yama-home.info/ Quereinstieg möglich!

Massage für Schwangere Claudia Pörsch	Individuelle Terminvereinbarung	Claudia 06507919609 yogafuerdiegeburt@gmx.info
Akupunktur zur Gebirtsvorbereitung & bei Schwangerschafts-Beschwerden	Derzeit keine Termine	
Yoga & Qigong für Schwangere Alexandra Jesch-Bönnhardt	Montag 16.00-17.30 ab 13.1. Drop-in/Einzelstunde: 20€ 4 Einheiten à 90min, 3 Mon. gültig:72€ 8 Einheiten à 90 min ,3 Mon. gültig:128€	Alexandra 06644693121 kontakt@puntarella.at www.puntarella.at
Paarworkshop „aus 2 wird 3“ Alexandra Jesch-Bönnhardt	Samstag 10.00-16.30 29.2./22.3./30.5./27.6 €130/Paar	Alexandra 06644693121 kontakt@puntarella.at www.puntarella.at

Mütter/Väter Babys Kinder

Was	Wann	Anmeldung+Info
Babymassage Physiotherapeutin Jana Köbler	Donnerstag 14:00-15:30 27.2./5.3./12.3. 3 x 90 Minuten für € 95,- ,beide Eltern sind willkommen. Kleine Gruppen max. 6 Babys, gereiftes Bio-Sesamöl im Preis inbegriffen	Jana 06769419108 jana@babymassagen.at www.babymassagen.at
Rückbildungsgymnastik mit Babys (ab 6 Wochen nach der Geburt) Physiotherapeutin Jana Köbler	Dienstag 10:30-12:00 7.1,14.1,21.1,3.2,11.2,18.2.=6x 25.2,3.3,10.3,17.3,24.3,31.3=6x 6 Einheiten €130.-	Jana 06769419108 jana@babymassagen.at www.babymassagen.at
PIKLER-SpielRaum (6-14 Monate) Brita Guth-Bodmann	Donnerstag 9:45-10:45 16.1.20 bis 19.3.(9x) 26.3. bis 25.6.(10x) 9x+3x ElternRaum €252.- 10x+3x ElternRaum €273.-	Brita 06502748248 mail@brita-guth.at www.brita-guth.at/
PIKLER SpielRaum (ab 14 Monate) Brita Guth-Bodmann	Donnerstag 11:00-12:00 16.1.20 bis 19.3.(9x) 26.3.bis 25.6.(10x) 9x+3x ElternRaum €252.- 10x+3x ElternRaum €273.-	Brita 06502748248 mail@brita-guth.at www.brita-guth.at/
Yoga & Qigong für Mamas mit Babys Alexandra Jesch-Bönnhardt	Dienstag 13.00-14.30 14.1 bis 30.6. Drop-in/Einzelstunde: 20€ 4 Einheiten à 90min,3 Mon.gültig:72€ 8 Einheiten à90min,3Mon.gültig:128€	Alexandra 06644693121 kontakt@puntarella.at www.puntarella.at