

Programm 2010 Stand 26.07.2010

Bitte beachten Sie unsere Anmeldebedingungen:

Die Abmeldung von Kursen muss schriftlich bis spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn erfolgen, ansonsten ist die volle Kursgebühr zu entrichten.

Geburtsvorbereitung für Paare

Kursgebühr: 90 Euro für den Partner

Montags: 19.30 - 21.30 Uhr

Kursleitung: Miriam Becker, freie Hebamme

Neu bei Kursen von Miriam Becker:

die ersten beiden Kurstage finden ohne Partner statt, der Partner kommt ab 3. Kurstag dazu. Kosten für den Partner 70 Euro

Kurs 1.4.: 06.09. - 18.10.10

Kurs 1.5.: 25.10. - 13.12.10

Geburtsvorbereitung für Paare

Kursgebühr: 90 Euro für den Partner

Dienstags 19.00 - 21.00 Uhr

Kursleitung: Kristina Ostmann, freie Hebamme

Kurs 5.1: 28.09. - 16.11.10 (nicht am 19.10.10)

Geburtsvorbereitung für Paare

Kursgebühr: 90 Euro für den Partner

Kursleitung: Cécilie Dally / Miriam Becker, freie Hebammen

Montags 19.30 - 21.30 Uhr

Kurs 5.2: 12.07. - 23.08.10

Wochenendkurs:

Nur samstags 10-13 Uhr u.14-17 Uhr

Kursgebühr: 60 Euro für den Partner

Kursleitung: Miriam Becker, freie Hebamme

Kurs 2.6.: 14.08.10

Kurs 2.7.: 25.09.10

Kurs 2.8.: 06.11.10

Kurs 2.9.: 18.12.10

Geburtsvorbereitung für Frauen

Donnerstags 19.30 – 21.30 Uhr

Kursleitung: Cécilie Dally, freie Hebamme

Kurs 6.2: 01.07. – 12.08.10

Kurs 6.3: 21.08. – 02.12.10

Rückbildungsgymnastik mit Kind

Freitags 9.15 – 10.30 Uhr

Kursleitung: Anja Speckenheuer, freie Hebamme

Kurs 8.2: 25.06. – 13.08.10

Kurs 8.3: 20.08. – 01.10.10

Rückbildungsgymnastik ohne Kind

Montags 18.00 – 19.20 Uhr (7 Einheiten)

Kursleitung: Miriam Becker, freie Hebamme

Kurs 20.4.: 09.08. – 20.09.10 (ausgebucht)

Kurs 20.5: 27.09. – 08.11.10

Kurs 20.6: 15.11. – 20.12.10 (6 Einheiten)

Rückbildungsgymnastik ohne Kind

Donnerstags 18.00 – 19.00 Uhr (10 Einheiten)

Kursleitung: Cécilie Dally, freie Hebammen

Kurs 3.3.: 08.07. – 09.09.10

Kurs: 3.4.: 21.10. – 16.12.10

Rückbildung für Fortgeschrittene

Kursgebühr: 50 Euro (bitte zur ersten Stunde mitbringen)

Mittwochs: 18.00 – 19.00 Uhr

Kursleitung: Miriam Becker, freie Hebamme

Kurs 10.6: 11.08. – 13.10.10 (ausgebucht)

Zusatzkurs !

Kursleitung: Miriam Becker, freie Hebamme

Mittwochs: 19.00 – 20.00 Uhr

Kurs 10.7: 11.08. – 13.10.10

Rückbildungsgymnastik mit Babymassage

Kursgebühr Babymassage: 65,-Euro

Freitags 11.00 - 13.00 Uhr

Kursleitung: Cécilie Dally, freie Hebamme

Kurs 11.8: 18.06. - 20.08.10 (ausgebucht)

Kurs: 11.8. 22.10. - 17.12.10

Babymassage

Kursgebühr: 65,- Euro

Donnerstags 13.45 - 14.45 Uhr

Kursleitung: Kristina Ostmann, freie Hebamme

Kurs 12.4: 01.07. - 05.08.10 **Gebühr: 56,- Euro (6 Einheiten) (ausgebucht)**

Kurs: 12.5: 02.09. - 14.10.10

Kurs: 12.6: 11.11. - 16.12.10 (6 Einheiten)

Pekip

Weitere Kurse auf Anfrage

Kursgebühr: 87 Euro

September/Okttober/November 09 geborene Kinder

Kursleitung: Susann Stenz, Erzieherin

Dienstags 10.30 - 12.00 Uhr

Kurs: 19.0: 17.08. - 19.10.10 freie Plätze!!!

September/Okttober/November 09 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Montags 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs: 14.0: 12.7. - 27.09.10 (entfällt am 16.08. + 23.08.10)

Okttober/November/Dezember 09 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Mittwochs 10.30 - 12.00 Uhr

Kurs: 16.151: 28.07. - 13.10.10 (entfällt am 18.08. + 25.08.10) (ausgebucht)

Dezember 09/Januar/Februar 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Mittwochs: 12.15 - 13.45 Uhr

Kurs: 16.131: 14.07. - 29.09.10 (entfällt am 18.08 + 25.08) (ausgebucht)

Januar/Februar/März 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Mittwochs: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs: 16.141: 28.07. - 13.10.10 (entfällt am 18.08. + 25.08.10) (ausgebucht)

Februar/März/April 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Sandra Kümmel

Dienstags: 9.00 - 10.30 Uhr

Kurs: 17.2: 03.08. - 05.10.10 (entfällt am 31.08.10) (ausgebucht)

April/Mai 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Montags: 12.15 - 13.45 Uhr

Kurs: 18.1: 12.07. - 27.09.10 (entfällt am 16.8. + 23.8.10) (ausgebucht)

April/Mai 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Andrea Kalveram, Dipl. Pädagogin

Montags: 10.30 - 12.00 Uhr

Kurs: 18.0: 28.06. - 13.09.10 (ausgebucht) (entfällt am 16.8. + 23.8.10)

Mai/Juni/Juli 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Sandra Kümmel

Donnerstags: 11.15 - 12.45 Uhr

Kurs: 30.0: 02.09. - 18.11.10 (entfällt am 14.10. + 21.10.10) ausgebucht!

Mai/Juni/Juli/Anfang 2010 geborene Kinder

Kursleitung: Susann Stenz, Erzieherin

Dienstags: 12.00 - 13.30 Uhr

Kurs 19.0: 07.09. - 23.11.10 (fällt am 12.10. u. 19.10.10 aus) freie Plätze!

Spielgruppe:

Kursgebühr: 75,- Euro

08-09 geborene Kinder

Kursleitung: Sandra Kümmel

Donnerstags: 9.30 - 11.00 Uhr

Kurs: 15.1: 02.09. - 18.11.10 (fällt am 14.10. u. 21.10.10 aus) (ausgebucht)

Sat-Yuga Yoga für Schwangere

Ein geburtsbegleitender Kurs für Schwangere vom 4. - 9. Monat. Leichte und sanfte Körperübungen für Becken und Rücken, Atmung, Meditation, Tiefenentspannung und heilende Klänge geben, Deinem Körper und Deinem Kind, die Möglichkeit, Stress und Ungleichgewichte auszugleichen und stärken in Dir das Vertrauen in die natürliche Geburt.

Zeit : Dienstag 17.15 - 18.45 Uhr

Kursabschnitt: 31.08. - 07.10.10 84 € (7x)

Kursabschnitt: 02.11. - 14.12.10 98 € (8x)

(ev. Terminänderungen sind vorbehalten)

Kursleitung: Saphira, Yoga - Lehrerin

Weitere individuelle Teilnahmemöglichkeiten:

1. Schwangere können den Kurs bis zur Geburt verlängern.
2. Schwangere, können später in den jeweiligen Kursabschnitt einsteigen und zahlen die anteilige Kursgebühr, Mindestanzahl sollte aber 6 Unterrichtsstunden hintereinander sein.
3. Schwangere, deren Geburt vor dem Ende des Kursabschnittes liegt, bezahlen die anteilige Kursgebühr bis zur Geburt.

Wichtig! Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein Kissen, und wenn möglich, 2 dickere Wolldecken mitbringen! Passende Kursgebühr zur ersten Stunde mitbringen.

Bitte um 17 Uhr da sein, da der Platz eingerichtet werden muss.

Info./Anmeldung und Bezahlung bei:

Saphira Brimberg, Yoga-Lehrerin

Freisenbruch 14, 44867 Bochum

Fon 02327 586301 / 51800

e-mail: info@sat-yuga-yoga.de

www.sat-yuga-yoga.de

Yoga und Entspannung für alle

Kursleitung: Tanja Kumpmann Yoga-Lehrerin und Ayurveda Therapeutin

Tanja.Kumpmann@gmx.de, Tel.Nr. 0234/29885381

Sonntags: 18.00 - 19.30 Uhr

Kurs: aktuelle Kursdaten bitte auf telefonische Anfrage

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein Kissen und Wolldecke mitbringen.