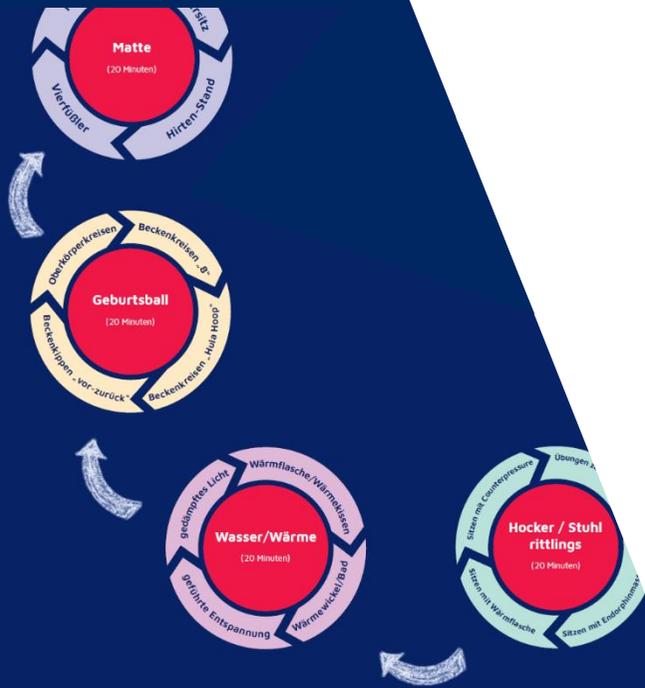




JOHANNITER



Geesthachter Geburtszirkel

- Kurseinheit zur Einführung in den Geesthachter Geburtszirkel für Ihre Geburt
- Für Schwangere ab der 32. Schwangerschaftswoche

Themen der Kurseinheit

Der Geesthachter Geburtszirkel ist eine besondere Form der Unterstützung Ihrer natürlichen Geburt. Er bietet eine konkrete Anleitung speziell für die ersten Geburtsphasen und ist für jede Schwangere geeignet. Um den Geesthachter Geburtszirkel bereits zu Hause anwenden zu können, bieten wir Ihnen eine Kurseinheit, um diesen in der Schwangerschaft kennen zu lernen und zu üben.

Der Geesthachter Geburtszirkel funktioniert ähnlich wie ein Zirkeltraining und beinhaltet:

- Atmung und Entspannung
- Bewegung und Mobilisation
- Konzentration und Meditation.

In der Kurseinheit lernen Sie den Geesthachter Geburtszirkel ausführlich kennen und erhalten eine detaillierte Anleitung für alle Stationen und die entsprechenden Übungen, Massagen und vieles mehr.

Kurseinheit Geesthachter Geburtszirkel durch das Hebammenteam

Wo:

- Kursraum der Frauenklinik im 3. OG der Frauenklinik im Johanniter-Krankenhaus Geesthacht

Wann:

- Dienstags 13:00 bis 14:00 Uhr

Terminvereinbarung:

- Per mail über hebammengeesthacht@gmail.com

