



# Geburtsvorbereitung für Paare

## Beschreibung

Der Kurs Geburtsvorbereitung für Paare richtet sich an Frauen ab dem 7. Schwangerschaftsmonat, die sich zusammen mit ihrem Partner auf die Geburt ihres Kindes vorbereiten möchten. Neben dem Verstehen des Geburtsablaufes und speziellen Atem- und Entspannungstechniken liegt das Schwergewicht dieses Kurses auf der gegenseitigen Unterstützung vor und während der Geburt. Es bleibt auch Zeit für Gespräche und Erfahrungsaustausch.

## Inhalt

- Geburtsverlauf verstehen
- Erlernen der speziellen Atem- und Entspannungstechnik
- Haltung und Verhalten während der Schwangerschaft und Geburt
- Möglichkeiten gegenseitiger Unterstützung vor und während der Geburt kennenlernen

## Zusatzinfo

Der Kurspreis versteht sich pro Person. Bitte melden Sie beide Teilnehmer\*innen einzeln an.

## Datum

23.10.2021 / E\_1417524

## Zeit

09:30 - 12:20 h

## Wochentage

Sa

## Dauer

1 Kurstag(e). Total 3.00 Lektion(en) à 50 Minuten

## Preis

CHF 48.00

## Durchführungsort

Rudolfstrasse 11, 8401 Winterthur

## Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Sa	23.10.2021	09:30 - 12:20