

MOVEART® Postpartal-Empowerment, nachgeburtliche Gymnastik (ehemals Rückbildungsgymnastik)

24./25. Mai 2024 in Konstanz

27./28. September 2024 in Bensberg

11./12. Oktober 2024 in Münster

13./14. November 2024 in Furth

16 Fortbildungsstunden, Preise variieren

Inhalt:

Die Leitung von Rückbildungskursen ist ein wichtiger und ernstzunehmender gesundheitsfördernder Teil des Hebammenangebotes. Er setzt ein hohes Verständnis der körperlichen Veränderungen und Bewegungsbedürfnisse voraus. Eine attraktive Mischung von Information, Wahrnehmungs- und Bewegungsübungen in der richtigen Dosis sollten ein Standardangebot der Hebammenkurse sein.

In diesem Kurs setzen wir uns theoretisch und praktisch mit den Prinzipien der angepassten Kursarbeit auseinander. Der Focus liegt dabei auf dem Zeitraum 8 Wochen nach der Geburt.

Der Kurs kann auch gebucht werden als Refresher für die Absolventinnen der Beckenbodenausbildung.

Lernziel:

Dieses Seminar beschäftigt sich mit den Besonderheiten von Rückbildungskursen.