

KURSE 2021

Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende

ab Januar alle 8 bis 12 Wochen

Kosten für die Versicherten werden von den gesetzlichen
und privaten Krankenkassen übernommen
plus Partneranteil

Rückbildung

13.01. bis 03.03.2021
14.04. bis 02.06.2021
19.06. bis 21.07.2021
25.08. bis 06.10.2021
27.10. bis 08.12.2021

7/8 Termine à 75 Minuten – 18:00 bis 19:15 Uhr
Ort: KiFaZ Kamen-Methler

Fit und entspannt

13.01. bis 03.03.2021
14.04. bis 02.06.2021
09.06. bis 21.07.2021
25.08. bis 06.10.2021
27.10. bis 08.12.2021

7/8 Termine á 60 Minuten – 19:30 bis 20:30 Uhr
Ort: KiFaZ Kamen-Methler

Kosten: 55€

Abweichungen vom Kursplan sind zum Beispiel durch Urlaub möglich.