

## PRO MAMI WIENERWALD

### Informationen für die Zeit nach der Geburt September 2024

- 20.9. " Notfälle im Säugling und Kindesalter" mit Tamara Novotny, 15:30-18:00
- 16.9. und 23.9. Babymassage mit Victoria Szkiba, 9:30-10:30
- 17.9. „die Ernährung unserer Kinder“ 19:00-20:00 kostenloser Onlinevortrag,

### Wöchentliche Kurse:

- Montag 9:00-10:00h „Stillgruppe -Babytreff“ mit Julia Waser, Victoria Szkiba,
- Dienstag 8:45h Babyzeichensprache mit Musik mit Irene Narnhofer ab 0 Monaten
- Dienstag 9:40h Musikgarten mit Irene Narnhofer ab 4 Monaten
- Dienstag 10.30h Musikgarten mit Irene Narnhofer ab 1,5 Jahre
- Mittwoch ab 11Uhr, K-TAPING zur Unterstützung der Rückbildung, bei Rückenschmerzen u.v.m. mit Victoria Szkiba
- Donnerstag 9:00-10:00h „Rückbildung 2- Mama Workout“ mit Birgit Gobi
- Donnerstag 10:15-11:15h Rückbildung 1- Beckenboden 4-6 Wochen nach der Geburt mit Birgit Gobi
- Freitag 9:00-10:15 h Mama- Baby- Yoga mit Sissi Zehetner

### Vorschau Oktober/November 2024:

- 7.10. und 21.10. Babymassage mit Victoria Szkiba, 9:30-10:30
- 15.11. " Notfälle im Säugling und Kindesalter" mit Tamara Novotny, 15:30-18:00

Anmeldung über die Homepage: <https://www.promami.at/wienerwald/>