



# Geburtsvorbereitung Kurse 2025

**Kursinhalte:** Themen rund um die Geburt (Phasen der Geburt, Entbindungspositionen...), Atem- und Entspannungsübungen zur bestmöglichen Unterstützung während der Geburt, Schmerzlinderung, Wochenbett, Stillen...

**Kursdauer:** 6 Abende zu jeweils 90 Minuten  
von 16:30 - 18:00 Uhr

**Kursort:** Gymnastikraum der Physiotherapie  
im LKH Rottenmann (Untergeschoss)

**Kursbeitrag:** € 100,00 für 6 Abende  
€ 120,00 für 7 Abende (6 Abende plus 1 Abend im Anschluss an den Kurs mit Partner oder Begleitperson)

**Kursleitung:** Dipl. Hebamme Dagmar Plank (+43 676 5620020)  
Dipl. Hebamme Michaela Hofer (+43 664 5349918)

**Wir empfehlen den Besuch eines Geburtsvorbereitungskurses  
ab der 28. Schwangerschaftswoche**

**Kursbeginn:** 09.01.2025 - Kursleitung Michaela Hofer  
06.03.2025 - Kursleitung Dagmar Plank  
08.05.2025 - Kursleitung Michaela Hofer  
04.09.2025 - Kursleitung Dagmar Plank  
23.10.2025 - Kursleitung Michaela Hofer

