

Hebammenpraxis Thalea Kramer erweitert Ihr Kursangebot

HEBAMMENPRAXIS
THALEA KRAMER



Thalea Kramer



Julia Beermann



Bianca Kemper

„Ganzheitliche und individuelle Begleitung von Beginn der Schwangerschaft an bis zum 1. Geburtstag des Kindes...“, das ist das Konzept der „Hebammenpraxis Thalea Kramer“, welche seit drei Jahren erfolgreich in der Theodor-Naarmann-Straße 41 in Oelde existiert.

Das Praxisteam, bestehend aus Thalea Kramer (Hebamme), Julia Beermann (Hebamme) und Bianca Kemper (Physiotherapeutin), bietet seit Januar 2013 neue Kurse an. Der Kurs „Aquafitness für Schwangere“ wird von Julia Beermann stets dienstags von 18:15 Uhr - 19:00 Uhr im Oelder Hallenbad angeboten. Die Bewegung im Wasser beugt Schwangerschaftsbeschwerden vor und steigert das körperliche Wohlbefinden. Darüber hinaus lernen die Kursteilnehmerinnen andere Schwangere ken-

nen und können sich austauschen. Neu ist seit Anfang des Jahres auch der Kurs „Bodyfitness“. Diesen bietet Bianca Kemper jeden Donnerstag von 20:15 Uhr - 21:15 Uhr in der Hebammenpraxis Thalea Kramer an. Dieses Kursprogramm richtet sich an alle Sportinteressierte im Anschluss an die Rückbildungsgymnastik. Mit Hilfe gezielter Übungen werden Ausdauer und Muskelschlingen an Bauch, Beine und Po trainiert. Zum Abschluss einer jeden Stunde rundet eine Entspannungsphase das Wohlbefinden ab.

Das komplette Angebot der Hebammenpraxis „Thalea Kramer“, sowie aktuelle Termine finden Interessierte auf der Homepage www.hebamme-thalea.de. Anmeldungen zu Kursen sind ebenfalls über die Internetseite möglich.

Korrektur

