

H10-171005 Rückbildungsgymnastik und Babymassage Für Mütter mit ihren Babys von 6 bis 12 Wochen

Beginn Mittwoch, 12.08.2026, 10:00 - 12:00 Uhr

Kursgebühr 132,00 €

Dauer 6 Termine

Kursleitung Anja Friggemann

Kursort EG 05, Darmstädter Landstr. 81, 60598 Frankfurt

Babymassage vermittelt dem Baby durch sanfte Berührung ein Bild seines Körpers. Sie hilft gegen Bauchweh, beruhigt und tut wohl. Die taktile Kommunikation zwischen Mutter und Kind verstärkt die Bindung. Nach einer Still- und Teepause folgt die Rückbildungsgymnastik. Die Übungen stärken kontinuierlich Beckenboden-, Bauch-, und Rückenmuskulatur. Die Babys werden währenddessen betreut. Gebraucht werden bequeme Kleidung zum Wechseln, ein Handtuch, Massageöl und frische Windeln für das Baby.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
12.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07
19.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07
19.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
26.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07
26.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
02.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
02.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07
09.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
09.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07
16.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 05
16.09.2026	10:00 - 12:00 Uhr	Ev. Familienbildung, Darmstädter Landstraße, Raum 07

[zur Kursdetail-Seite](#)