

# Rückbildungskurs im Klinikum St. Georg



## Liebe Mütter,

in den Wochen nach der Geburt festigen sich die Muskeln in Ihrem Körper allmählich wieder. In unseren Rückbildungskursen werden alle Muskelgruppen trainiert, die während der Schwangerschaft und Geburt extrem gedehnt wurden. Die Rückbildungsgymnastik ist ein gesamtheitliches Training von Beckenbodenmuskeln, Bauch und Beckenboden sowie Rücken, Schultern und Armen. Gern können Sie Ihr Baby mitbringen.

## Termine

6 Kurseinheiten | donnerstags von 12:30 Uhr – 13:45 Uhr

## Ort

Klinikum St. Georg gGmbH | Haus 20

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich verbindlich an über:

**[www.terminland.de/sanktgeorg](http://www.terminland.de/sanktgeorg)**

Die Buchungsbestätigung erhalten Sie im Anschluss von uns per Mail. Bitte beachten Sie, dass ein Kurs nur mit einer **Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen** stattfindet.

## Zahlung

Bei Ihrer Online-Anmeldung bitten wir Sie, eine Kautions von 60 € zu hinterlegen, die Sie nach dem Kursende wieder zurückerhalten.

## Rückfragen

Wenn Sie weitere Fragen haben, erreichen Sie uns unter der Telefonnummer **0341 909-3399**.

- Klinikum St. Georg gGmbH  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig  
Geschäftsführerin: Dr. Iris Minde  
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig