

# Mami Baby und Kleinkind Kurse

**Katja Sciarmella** Dipl. Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP  
 Dipl. Bewegungstrainerin / Rücken Coach  
 Zert. Beckenboden Kursleiterin BeBo  
 Zert. Schmerztherapeutin u. Faszientrainerin LnB  
 Zertifizierte Baby- u. Kindermassage Kursleiterin IAIM

**Baby Kurse**  
**Kleinkind Kurse**  
**Mami Kurse** mit / ohne Kind

| Montag | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag | Samstag  | Sonntag |
|--------|---|--|--|---------|--|---------|
|        | 9.30 - 10.15<br><b>Sing &amp; Tanz Plausch</b><br>1-3 J.  | 8.30 - 9.30<br><b>Schwangerschaft</b><br><b>Rücken &amp;</b><br><b>Beckenboden</b> | 9.30 - 10.30<br><b>Ernährungslehre</b><br>1x pro Monat                                     |         | 09.00 - 10.00<br><b>Rückentraining</b>   |         |
|        | 10.30 - 11.30<br><b>kreative Bastelstunde</b><br>1x pro Monat<br>29.1. / 19.2. / 9.4. / 28.5. / 2 | 9.15 - 10.15<br><b>Rückbildung</b><br><b>Rücken &amp;</b><br><b>Beckenboden</b>    | 9.30 - 10.30<br><b>Massage Geschichten</b><br>1x pro Monat<br>7.2. / 21.3. / 16.5. / 13.6. |         | 10.15 - 11.15<br><b>Schwangerschaft</b><br><b>Rücken &amp;</b><br><b>Beckenboden</b> |         |
|        | 10.30 - 11.30<br><b>bewegter</b><br><b>Lebensstart 0-6 Mt</b>                                     | 10.30 - 11.30<br><b>bewegter</b><br><b>Lebensstart 7-12 Mt</b>                     | 9.30 - 10.30<br><b>Fit mit Kind</b><br><b>Bauch Beine Po</b>                               |         | auf Anfrage<br><b>bewegter</b><br><b>Lebensstart</b><br><b>0-6 Mt / 7-12 Mt</b>      |         |
|        | 13.30 - 14.30<br><b>Babymassage</b><br><b>nach IAIM</b>   |  | 10.30 - 11.30<br><b>balance-yourself</b><br><b>MOVE</b>                                    |         |  |         |