



BewegungsGut

Das FamilienZentrum für Bewegung und Therapie

Rund um Ihre
SCHWANGERSCHAFT

Rund um Ihr **KIND**

Erlebnisorientierte **ELTERN-KIND-KURSE**

Herzlich Willkommen im BewegungsGut



2

BewegungsGut

Das FamilienZentrum für Bewegung und Therapie

Therapeutische Naturheilpraxis

Osteopathie in der Frauenheilkunde

Seite 5

Sanfte Hände - Babymassage nach Leboyer

Seite 6

Osteopathie in der Säuglings- und Kinderheilkunde

Seite 7

Psychomotorischer Bewegungsraum

Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Angebote

Seite 8

Bewegung im Gut

Bewegung und Entspannung in Balance

Seite 14

Behandlungsschwerpunkte

Typische Beschwerden während und nach der Schwanger- schaft

- Rückenschmerzen/Ischialgie
- Verspannungen der Muskulatur
- Atemprobleme
- Kreislaufprobleme
- Kopfschmerzen

Ziel der osteopathischen Behandlung

- Eine gute Anpassung an die auftretenden Veränderungen zu ermöglichen und schwangerschaftsbedingte Beschwerden zu lindern
- Den Muskeltonus des Beckenbodens auszugleichen und elastisch zu halten
- Eine eventuelle Bewegungseinschränkung des Beckengürtels zu beheben

Osteopathie in und nach der Schwangerschaft

Veränderungen begleiten

Ihre Schwangerschaft und Ihre Geburt können durch die osteopathische Behandlung erleichtert werden. Sie können so diese Zeit der Schwangerschaft positiv erleben und für Ihr ungeborenes Kind eine gute Umgebung für seine gesunde Entwicklung schaffen.

Nach der Geburt dient eine osteopathische Behandlung dazu, Ihre körperlichen Veränderungen zu begleiten, Ihre Beckenbodenstabilität und Ihre Rückbildung des Gewebes zu fördern, sowie die Regeneration von den Belastungen durch Schwangerschaft und Geburt zu unterstützen.



Osteopathie 89 €

Sonstige Preise in der Naturheilpraxis richten sich nach der GebÜH (Gebührenordnung für Heilpraktiker)

Babymassage nach Frédérick Leboyer

Sanfte Hände – Babymassage

Im Mittelpunkt der traditionell indischen Babymassage steht das Urbedürfnis des Kindes berührt und gestreichelt zu werden.

Nach Frédérick Leboyer werden einzelne Massagetechniken in einer einmaligen, intensiven Einzelanleitung gezeigt und Schritt für Schritt wird eine professionelle Massage am ganzen Baby-Körper erlernt.

Die Entspannung und das Eingehen auf die Bedürfnisse Ihres Kindes stehen hier im Vordergrund.

Diese sanfte Massage wirkt positiv auf Verdauung, Schlaf und Immunsystem.



Babymassage 65 €
einmalige intensive Einzelanleitung 60 Min.

Osteopathie in der Säuglings- und Kinderheilkunde

Integrative Säuglings- und Kleinkind-Osteopathie

Frühzeitig Entwicklungsverzögerungen und/oder Blockaden erkennen

Die Säuglings- und Kleinkindosteopathie ist eine spezielle und ganz besonders sanfte Form der klassischen Osteopathie.

Ziel ist es möglichst frühzeitig Entwicklungsverzögerungen und/oder Blockaden zu erkennen und zu behandeln, um Folgeschäden zu vermeiden. Folgeschäden können u. a. Störungen des Immunsystems, Koliken, Schlafstörungen, Entwicklungsverzögerungen, motorische Defizite, das sog. Kiss-Syndrom oder Hyperaktivitäts-Syndrom sein.

Je eher die Ursache behoben wird, desto leichter findet ein Kind den Weg zur altersgerechten Entwicklung.



Osteopathie 89 €

Sonstige Preise in der Naturheilpraxis richten sich nach der GebüH (Gebührenordnung für Heilpraktiker)

Psychomotorischer Bewegungsraum

mopäd - bewegt was

Die Psychomotorik stellt ein ganzheitliches Konzept der Entwicklungsförderung dar. Über den Körper und die Bewegung werden dem Kind Erfahrungen der eigenen Wirksamkeit vermittelt, die den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes unterstützen. Bewegung ist der Ausdruck für Lebensfreude und der Motor für Entwicklung. Über den eigenen Körper erlebt das Kind sich und seine Umwelt im ganzheitlichen Sinne. Durch Wahrnehmen, Fühlen, Denken und Handeln.

Prof. Dr. Renate Zimmer, Erziehungswissenschaftlerin mit Schwerpunkt „frühe Kindheit“ und Sportwissenschaftlerin



mopäd - Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse

Im Mittelpunkt unserer psychomotorischen Eltern-Kind-Kurse stehen das Spiel und die Bewegung. Wir geben Möglichkeiten für die individuelle Entwicklung Ihres Kindes im gemeinsamen Tun. Durch ein erlebnisorien-



tiertes Bewegungsangebot und Anregung der Sinne erweitert sich der Erfahrungsschatz und die Auffassungsgabe Ihres Kindes. Mit jedem Moment des Wachsens und Gedeihens lernt Ihr Kind unendlich viel über sich und seine kleine Welt. Es spürt unsere Liebe und Fürsorge im alltäglichen Miteinander.

In unseren Stunden wollen wir dies mit Fantasie, Kreativität und durch das Experimentieren mit unterschiedlichsten Alltagsmaterialien unterstützen. Sie können dabei Partner, Helfer und Vertrauter sein und Ihr Kind aus neuen Perspektiven kennen lernen.

Mopäd – Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse 120 €
10 Kurseinheiten á 60 Minuten

mopäd-Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse (4 - 8 Monate)



Sonnenkäfer

Sinnesspiele für die Allerkleinsten ab 4. Monat

- Spielerische Säuglingsgymnastik
- Anregung der Basissinne
- Streichel- und Wiegelieder
- Vermittlung von Hintergrundwissen über die kindliche Entwicklung



Drehwürmchen

Bauchwärts vorwärts, ab 7. Monat

- Entwicklungsbegleitende Bewegungsangebote
- Lieder und Sprechverse
- Anregung der Sinne
- Gemeinsam die Kinder im Spiel erleben
- Material erforschen

mopäd-Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse (9 - 20 Monate)



Krabbelkäfer

Auf allen Vieren die Welt entdecken ab 9. Monat

- Sing- und Sprechverse
- Unterstützung der kindlichen Entwicklung
- Matschen, Fühlen, Wahrnehmen
- Die erste Bewegungsbaustelle
- Erste Rhythmusinstrumente



Tipp und Tapsig

Zwei Füße laufen los, ab 15. Monat

- Sing- und Sprechverse
- Einsatz verschiedener Rhythmusinstrumente
- Bewegungsbaustelle
- Erste Lauf- und Bewegungslieder
- Dem "Entdeckergeist" Anregungen bieten

mopäd-Erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse (20 - 36 Monate)



Sausemaus

Spielerisch im Gleichgewicht ab 20. Monat

- Erweiterung des bestehenden Liedgutes
- Erste Kreistänze und Bewegungslieder
- Bewegungsbaustelle
- Material und Aktion



Bärenstark

Kleine Füße – große Schritte ab 24. Monat

- Gemeinsam Singen, Musizieren und Tanzen
- Renn- und Fangspiele
- Erste Konstruktionsspiele
- Kreatives mit Alltäglichem

Barbara Frech

Geschäftsführerin Bewegungsgut

- Selbständige, staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin
- Motopädagogin / Lehrqualifikation Psychomotorik dakp
- Konzeptentwicklung mopäd - erlebnisorientierte Eltern-Kind-Kurse
- Konzeptentwicklung mopäd - Bewegt was (Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte)
- Fachberaterin für ganzheitliche Bewegungsentwicklung und Gestaltung von motopädagogischen Arbeiten in Kitas, Schulen und Vereinen



Meike Lauer

- Arzthelferin
- Spielkreisleiterin mopäd
- Musikgarten - Lehrkraft
- Wellnesstherapeutin

Yvonne Braeunlich

- Physiotherapeutin
- Osteopathin
- Heilpraktikerin
- Ayurvedische Therapeutin

Training und Entspannung in Balance

Präventionskurse

Präventionskurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen in der Regel mit 80 Prozent bezuschusst – manchmal sogar bis zu 100 Prozent.

Körpermitte intensiv trainiert
Beckenbodentraining nach der Schwangerschaft

Die Neue Rückenschule
Haltung bewahren, Bewegung fördern

Schulter-Nacken-Schule
Verspannung mindern, Muskulatur stärken

Faszien und Stretching
verkürzte Muskulatur beweglich machen

Hatha Yoga
Körper und Geist in Balance bringen

Preisübersicht Präventionskurse:

10 Kurseinheiten á 60 Min. 120 €

10 Kurseinheiten á 90 Min. 149 €

Bonus-Geräte-Abo

in Verbindung mit einer Kursteilnahme für drei Monate
85 € inkl. Aufnahmegebühr

Wellnessmassagen



- Wohlfühl-Aromaöl-Massage 30 Min. 35 € / 60 Min. 65 €
- Energiemassage 40 Min. 45 €
- Kräuterstempelmassage 60 Min. 69 € / 90 Min. 90 €
- Hot Stone Massage 60 Min. 69 € / 90 Min. 90 €
- Lomi Lomi Nui Massage 60 Min. 69 € / 90 Min. 90 €
- Alles für die Füße 30 Min. 35 €

*Geschenkgutschein zum Geburtstag,
Hochzeit, Geburt oder einfach nur mal so*

Bewegungsgut

Das Zentrum für
Bewegung & Therapie

Bewegung im Gut

Training und Entspannung
in Balance

Therapeutische Naturheilpraxis

Ursachen auf den Grund gehen

Psychomotorischer Bewegungsraum

mopäd – bewegt was

mopäd

www.bewegungsgut.de

Gut Hühnerhof • 63584 Gründau • Tel.: 06058 / 916521

Stand 05/2019