

Tacke

Wochenbett- und Rückbildungsgymnastik

Das Praxisbuch zur Rückbildungsgymnastik für Kursleiter*innen

Hier finden Sie als Hebamme alles, was Sie für einen erfolgreichen Kurs benötigen. Über 200 praktisch bewährte Übungen werden Schritt für Schritt beschrieben und durch Farbfotos abgebildet. Bei jeder Übung wird genau erklärt, für welche Muskeln sie gedacht ist und welche Übungsziele erreicht werden sollen.

Zu jeder Übung finden Sie Informationen zum Schwierigkeitsgrad, Übungsziel und den trainierten Muskeln. Übersichtstabellen liefern konkrete Übungsvorschläge für jeden Kurstermin. Praxistipps, vierfarbige Fotos und ein übersichtliches, modernes Layout machen Freude, mit dem Buch zu arbeiten.

Cover



65,00 €

60,75 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3
Werktage*

Artikelnummer: 9783132443945

Medium: Buch

ISBN: 978-3-13-244394-5

Verlag: Georg Thieme Verlag

Erscheinungstermin: 17.08.2022

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 4. Auflage 2022

Serie: Edition Hebamme

Produktform: Gebunden

Gewicht: 866 g

Seiten: 352

Format (B x H): 174 x 244 mm

