



**Aktuelle Kindernotfallkurse
findet ihr unter:**

www.notfall-abc.de/kursorte/nadja-woellert/

oder ihr scannt den QR-Code:



Zusätzliche Angebote

Yoga mit Karin Müller für alle Interessierten
Anmeldung unter 0172-9817127

Ayurveda-Massagen mit Karin Müller
Anmeldung unter 0172-9817127

Yoga für Schwangere & Achtsamkeitskurse
mit Nora Kremeskötter

Termine / Anmeldung & Kursgebühr bitte erfragen
unter:

www.goldenemitte-halle.de
Telefon: 0176-73557559



Wir freuen uns auf Sie!

Hebammenpraxis und Geburtshaus

Reichardtstraße 22,
06114 Halle (Saale)
Tel. (0345) 68 24 888
Fax. (0345) 68 24 887
E-Mail: info@zehn-monde.de

www.zehn-monde.de

Telefonische und persönliche Kursanmeldung bei
Krankenschwester Kirsten Dümeland
Montag - Freitag von 8.30 bis 13.00 Uhr.

Antje Wohlgemuth	0170/2952013
Konstanze Arndt	0177/3226072
Katja Bieback	0151/24276438
Barbara Hahn	0175/7098746
Caroline Bobka	0178/6321309
Nadine Hermann	0177/8502583
Friederike Grabs	0179/2108422
Bianca Schauerhammer	0176/22850140
Sigrid Hörner	nur Kursleitung
Ina Schandera	Elternzeit
Johanna Altenburg-Düfert	Elternzeit

So finden Sie uns ...

Reichardtstraße - Ecke Karl-Liebnecht-Straße (Nähe
Landesmuseum für Vorgeschichte, direkt am Rosa-
Luxemburg-Platz mit dem neuen Spielplatz). Mit der
Tram 7: Haltestelle Landesmuseum. Mit der Tram 3, 6,
12 und Linie 97: Haltestelle Reileck.

Änderungen vorbehalten! © Geburtshaus Zehn Monde 2026



Geburtshaus - Hebammenpraxis - Elternschule
www.zehn-monde.de

Kursangebote

**Möchtet Ihr einige unserer
Hebammen und Praxisräume kennenlernen?**

Infoabend am 13.10.2026 / 18:00 Uhr
(ohne Anmeldung)

**Am 01.09.2026
findet von 09:00 - 11:00 Uhr
unsere Stillgruppe statt.**

Thema:
**“Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne
(oder nicht?)“**

Teilnahme ohne Anmeldung-
Unkostenbeitrag von 5€

Alle interessierten & werdenden Eltern sind
herzlich willkommen

Stand: 17.07.2026

Kursangebote Schwangerschaft

Feierabendkurs mit Sigrid

Freitag	04.12.2026	17:00 - 20:30 Uhr
Samstag	05.12.2026	09:00 - 12:00 Uhr
Freitag	11.12.2026	17:00 - 20:30 Uhr
Samstag	12.12.2026	09:00 - 12:00 Uhr

Leistung der Krankenkasse. Kosten Partner/Partnerin: 125€

Wochenend – Kompaktkurs mit Barbara

Freitag	13.11.2026	18:00 - 21:00 Uhr
Samstag	14.11.2026	09:30 - 16:00 Uhr
Sonntag	15.11.2026	09:30 - 16:00 Uhr

Freitag	22.01.2027	18:00 - 21:00 Uhr
Samstag	23.01.2027	09:30 - 16:00 Uhr
Sonntag	24.01.2027	09:30 - 16:00 Uhr

Leistung der Krankenkasse. Kosten Partner/Partnerin: 125€

Wochenkurs / mit & ohne Partner

Do	05.11. - 17.12.2026	17:30 - 19:30 Uhr
Do	07.01. - 18.02.2027	17:30 - 19:30 Uhr
Do	01.04. - 22.04.2027	17:30 - 21:00 Uhr

Leistung der Krankenkasse. Kosten Partner/Partnerin: 125€

Kleine Geburtsvorbereitung für Mütter

Samstag	29.08.2026	10:00 - 18:00 Uhr
Samstag	10.10.2026	10:00 - 18:00 Uhr
Samstag	28.11.2026	10:00 - 18:00 Uhr

Leistung der Krankenkasse

Preparation course

(Geburtsvorbereitungskurs in Englisch)
Dates on request

Public health insurance / Partner's cost: 125,- €

Pilates für Schwangere

mit Alexandra Höhndorf
(70€ für 5x60min)
Dienstag 12:00-13:00 Uhr
Anmeldung unter: Telefon: 0177-4497190

Kursangebote nach der Geburt

Rückbildungsgymnastik mit Kind

Mo	28.09. - 20.11.2026	13:30 - 14:30 Uhr
Do	22.10. - 14.01.2027	10:00 - 11:00 Uhr
Fr	06.11. - 22.01.2027	11:00 - 12:00 Uhr
Mi	18.11. - 10.02.2027	09:30 - 10:30 Uhr
Mo	11.01. - 15.03.2027	13:30 - 14:30 Uhr

10-Wochen-Kurs. Leistung der Krankenkasse.
Weitere Kurse können auf Anfrage eingerichtet werden.

Rückbildungsgymnastik / Bilingual mit Kind

Mi	30.09. - 13.01.2027	11:00 - 12:00 Uhr
----	---------------------	-------------------

10-Wochen-Kurs. Leistung der Krankenkasse.
Weitere Kurse können auf Anfrage eingerichtet werden.



Rückbildungsgymnastik am Abend

ohne Kinder
(auch für Mütter von Sternkindern)

Di	27.10. - 29.12.2026	20:00 - 21:00 Uhr
Di	12.01. - 16.03.2027	20:00 - 21:00 Uhr

10-Wochen-Kurs. Leistung der Krankenkasse.



Rückbildung 2.0

Rückbildung nach der Rückbildung
Aufbaukurs

PRIVATLEISTUNG keine Leistung der Krankenkasse

(125,00 € / 10 x 60 Minuten)

Mo	03.08. - 05.10.2026	11:30 - 12:30 Uhr
Mo	26.10. - 18.01.2027	11:30 - 12:30 Uhr

Kurse mit den Kleinen

Geschwisterkurs

Elternteil	Di 17.11.2026	17:00 – 18:30
Kinderteil	Mi 18.11.2026	14:00 – 15:00
Elternteil	Di 09.03.2027	17:00 – 18:30
Kinderteil	Mi 10.03.2027	14:00 – 15:00

Kurskosten: 80,-€ (1 Elternteil + 1 Kind)

Babymassage-Kurs mit Alexandra Höhndorf

(Kosten: 70,- € / 5 x 120 Minuten)

Termine und Anmeldung unter 0177/4497190

Di	11.08. - 25.08.2026	10:00 - 12:00 Uhr
Mi	12.08. - 09.09.2026	13:00 - 15:00 Uhr
Mi	19.09. - 14.10.2026	13:00 - 15:00 Uhr

Eltern - Kind – Kurs mit Alexandra Höhndorf

(Kosten 120,- € / 10 x 90 Minuten)

Anmeldung erfolgt im Geburtshaus

Für Kinder zwischen 3. – 6. Monat

Mi	24.06. - 09.09.2026	09:00 - 10:30 Uhr
----	---------------------	-------------------

Für Kinder ab dem 7. Monat

Mo	21.09. - 30.11.2026	09:00 - 10:30 Uhr
----	---------------------	-------------------

Pilates Mama + Baby mit Alexandra Höhndorf

(Kosten: 70,- € / 5 x 60 Minuten)

Termine und Anmeldung unter 0177/4497190

Babymassage -Kurs für Väter mit Kathleen Pabst

Kosten 45,- € (3 x 60 Minuten)

Termine und Anmeldung unter Tel. 0176/21016629

Babyschwimmen

mit Katrin Zäh, Info und Anmeldung unter:
Tel. 0345-68459146 oder www.pinguland.de

mit Sandra Hillert, Info und Anmeldung unter:
Tel. 0345-68929326 oder