



VERLOSKUNDIGEN
OOSTERPARK

♦ (also) in English!

Cursussen we like!

Het aanbod van zwangerschapscursussen in Amsterdam enorm! We hebben een selectie gemaakt van cursussen waarmee wij en onze zwangeren goede ervaringen hebben:

Sportief

Sportfondsenbad Oost www.sportfondsenbadamsterdamoost.nl

Zwangerschapswemmen De Mirandabad www.amsterdam.nl/demirandabad

Mom in Balance♦: sporten in het park www.mominbalance.com

Yoga

Mudra yoga en pilates van Tanja Secrève www.mudra-pilates.nl

De Lijfschool (zwangerschap)yoga www.lijfschool.nl

Thrive Yoga Oost♦ www.thrivyoga.nl

Cursussen op basis van fysio- of Mensendiecktherapie

Mensendieck Marrigje Janse / Fabiana diMango www.oosterparkpraktijk.nl

Carita Salome www.caritalalome.nl

Hypnobirthing

Vorbereiding op de bevalling door middel van ademhalingstechnieken en visualisaties. Doel is om positief en ontspannen te bevallen

Hypnobirthing Amsterdam Oost www.amsterdamhypnobirthing.nl

Mom & co♦ www.momenco.nl

Haptonomie en massage

Bo-link haptonomische zwangerschapsbegeleiding www.bo-link.nl

Haptomotion Esther Hoonhout♦ www.haptomotion.nl

Doctor Feelgood♦ www.doctorfeelgood.nl

Divers

Rondom de Geboorte www.rondomdegeboorte.nl

Mirjam Vos www.mirjam-vos.nl

Mindfulness zwangerschapscursus www.mindingeboorte.nl

Bevalwijzer♦ www.bevalwijzer.nl

Na de bevalling

Mom in Balance♦ - Back in shape www.mominbalance

Postnatale cursus op basis van Mensendieck www.oosterparkpraktijk.nl

Especially aimed at expats:

Truus Gale www.childbirthclassgale.com

Bump and Beyond www.bumpandbeyond.nl

Akriti courses www.akriti.nl