

# GEBURTSZIRKEL

*Bewegung & Entspannung*

*Eine runde Reise*



*Auf dem Weg ins Leben!*



**BARMHERZIGE BRÜDER**  
Krankenhaus St. Veit / Glan



Scan me

<b>Wasser</b>	Entspannungsbad • Heublumen • Fußbad • Wickel
<b>Geburtsball</b>	„lean over“ • Beckenbewegung • Balance • Visualisierung
<b>Matte</b>	Hirtenstand • Kreuzbeinmassage • Rebozo • Schmetterling
<b>Begleiter</b>	Akupressur • Musik • Aroma • Geburtsreise
<b>Sessel</b>	Atmung • Fußmassage • „rittlings“ • Endorphinmassage
<b>Mobilisation</b>	Tanzen • „sideway step“ • Hocke • Spaziergang
<b>Flow</b>	„sip by sip“ • Kolostrummassage • Beckenboden • Licht

