



Met liefde voor ouder en kind

In deze nieuwsbrief.....

- workshop baby op de buik
- cursus babymassage
- overzicht cursussen en startdata
- volg ons op Instagram
- geniet van een massage
- review op google
- Rianne Braal; vrouwencoach

Baby op de buik



Workshop
BABY OP DE BUIK

Kom alles te weten over de motorische ontwikkeling van je baby!

donderdag 28 nov om 11:30 u of
zaterdag 30 nov om 10 u

prijs € 10
duurt ongeveer een uur
(max 8 pers.)

Meld je aan via mail@metliefdeutrecht.nl

Wil je weten waarom het belangrijk is om je baby op zijn/haar buik te leggen? En zijn hulpmiddelen zoals loopwagens, bouncers en bumba-seats aan te raden of juist niet!?

Rianne legt het je met liefde uit tijdens deze workshop! Meld je aan via de [mail](mailto:mail@metliefdeutrecht.nl) en kom langs met al je vragen!

Babymassage

Eén van onze nieuwe cursussen is de babymassage cursus. In drie bijeenkomsten leer je kindje masseren.

Baby's communiceren door te huilen, vaak helpt aanraking (zoals tillen, wiegen of aaien) om je kindje rustig te krijgen. Door het geven van massage help je je kindje nog beter ontspannen. Massage is goed voor de band tussen ouder en kind maar heeft ook andere voordelen. Door het toepassen van de krampjes massage heeft je kindje minder last van buikkrampjes!

De babymassage bij Met liefde Utrecht wordt gegeven door Monique. Zij is fysiotherapeute en heeft de YVLO cursus babymassage gevolgd.

Babymassage is geschikt voor kindjes vanaf 6 weken oud tot ongeveer zes maanden. Het masseren van een kindje ouder dan zes maanden is nog steeds hartstikke goed en fijn om te doen, echter kruipen ze dan sneller weg!

Hoe vaak: 3 bijeenkomsten van circa 60 minuten

Groep: maximaal 8 kindjes

Locatie: Met liefde - kanaalweg 86 - Utrecht

Kosten: € 75,- (betalen via upas mogelijk)

Overzicht cursussen en startdata

Er zijn nieuwe startdata bekend voor de cursussen in 2019 en begin 2020.

Ben je zwanger of al moeder, Met liefde heeft vast een activiteit die bij je past!

Fit zwangercursus

[Fit zwanger](#) is een zwangerschapscursus in Oog in al waarbij we de theorie behandelen maar ook lekker gaan sporten. Inclusief partneravond, babyborrel en begeleiding na je bevalling (fit mama)

start fit zwanger cursus in 2020:

7 januari om 20.00

10 maart om 20.00

19 mei om 20.00

Moeder en Kind gym:

Oefeningen doen kindje oppas te regelen? Doe mee met de moeder en kind gym; gezond en gezellig!

Startdata [moeder en kind gym](#) :

dinsdag 19 november 9.00

donderdag 21 november 10.30

dinsdag 7 januari 9.00

donderdag 9 januari i 10.30

Babymassage

Ben je pas moeder (of vader!) geworden en vind je het leuk om samen met je baby iets te ondernemen? Een massage is voor jou leuk om te geven en voor je kindje heerlijk om te krijgen.

startdata [cursus babymassage](#)

dinsdag 19 november 10.30

dinsdag 14 januari 10.30

Volg ons op Instagram!

Volg ons op Instagram! Kijk voor leuke weetjes, nieuwtjes en gewoon leuke update's op onze Instagram pagina!

Help ons mee om onze naamsbekendheid te vergroten en volg ons op [instagram](#)!

Geniet van een massage!



Ben je zwanger of moeder wel wil je genieten van tijd voor jezelf? Kom dan genieten van een [zwangerschaps](#) of [mama](#) massage. De massage wordt gegeven op een speciale massagetafel met een borst- en buikuitsparing. Zodat je heerlijk op je buik kan liggen als je zwangerben of als je borstvoeding geeft.

Een massage is ook een superleuk om als (kraam)cadeautje te geven. Hiervoor hebben wij cadeaubonnen!

Kijk snel op onze website, boek een afspraak via de online planner en kom ook genieten!

Review schrijven

Wij horen graag jullie mening! Heb je een cursus gevolgd dan willen wij je vragen om een review te schrijven op google. Dit is voor toekomstige cursisten erg fijn om te lezen en op deze manier hopen we nog veel meer dames een goede cursus te bieden.

Via deze [link](#) kan je op google een review achterlaten.

Vrouwencoach

Rianne Braal is naast oefentherapeut ook vrouwencoach.

Voor wie is een vrouwencoach.....

Eigenlijk voor iedere vrouw waarbij de 'roze wolk' misschien meer grijs of zelfs zwart is. Of als je de balans tussen werk, gezin, vriendinnen en oh ja... jezelf... een beetje kwijt ben geraakt.

Rianne: " ik ben er van overtuigd dat de antwoorden in jezelf zitten. Soms is het alleen lastig om daarbij te komen. Ik help je, door vragen te stellen, oefeningen met je te doen, opdrachten mee te geven, de antwoorden te vinden, die je helpen weer in balans te komen of om de grijze of zwarte wolk weer roze te kleuren. Het is jouw proces en ik begeleid je daarbij "

meer informatie ?

klik dan [hier](#) of mail naar rienne@vrouwencoachutrecht.nl

Misschien is dit ook interessant voor je

VIP cursus

Bij Met liefde geven we ook een zwangerschapscursus aan huis. Een echte [VIP cursus](#): Een cursus waarin aandacht (extra) aandacht wordt besteed aan de onderwerpen die jij belangrijk vind. En het mooiste.... heerlijk in je eigen vertrouwde omgeving!

Fit-verder!

Ben je tussen de 3 maanden en een jaar geleden bevallen en wil je graag met andere moeders sporten!? Wij bieden dan sportlessen aan waarbij je onder begeleiding werkt aan kracht en conditie.

Mail ons voor meer informatie!

10 lessen strippenkaart* voor €80,- (incl. BTW)

* 12 weken geldig

Over deze nieuwsbrief

Heb je geen behoefte aan de nieuwsbrief, geef het door via onderstaande link. Ken je iemand die onze nieuwsbrief ook zou willen ontvangen? Geef dat door via onderstaand emailadres en/of stuur deze mail door!



Share



Tweet



+1

Met liefde
Rianne Braal & Monique Lubbers

www.metliefdeutrecht.nl | T 06 - 39618087



Facebook



Instagram



Website