



Ab dem 22. September 2023

MAMA FIT-BABY MIT



FREITAG 9.00-10.00

NACH DER SCHWANGERSCHAFT WIEDER FIT WERDEN UND SICH IN SEINEN KÖRPER WOHLFÜHLEN!
DURCH GEZIELTES MUSKEL-UND AUSDAUERTRAINING WIRD DER IDEALE AUSGLEICH FÜR DIE ALLTÄGLICHEN ANFORDERUNGEN GESCHAFFEN.
RÜCKENSCHMERZEN, NACKENSCHMERZEN, BECKENBODENSCHWÄCHE UND DER WUNSCH NACH EINER STRAFFEREN FIGUR, SIND GUTE GRÜNDE FÜR DIESES SPORTANGEBOT.

FÜR BABYS UND KLEINKINDER
AB 6 MONATE

BRINGT BITTE EIN
HANDTUCH MIT

10.00-10.30

ANSCHLIESSEND HAST DU DIE MÖGLICHKEIT MIT DEINEM BABY DIE TURNHALLE ZU ENTDECKEN. KLEINE AUFBAUTEN UND SPIELGERÄTE STEHEN ZUR VERFÜGUNG.

Fragen und Anmeldung bitte an
Stephy Engelmann
Stephy.Engelmann@web.de