





Frühe Hilfen Troisdorf

Mamafitness / Ganzheitliches Rückentraining

KURS / WORKSHOP

Mamafitness / Ganzheitliches Rückentraining ist ein speziell entwickelter Kurs, der sich an Mütter/ Frauen richtet und ähnlich einem Bauch-Beine-Po-Kurs strukturiert ist. Der Schwerpunkt liegt jedoch auf der Kräftigung der Rückenmuskulatur, Bauchmuskulatur was dazu beiträgt, Rückenbeschwerden vorzubeugen und die allgemeine Körperhaltung zu verbessern. Dabei wird ein ganzheitlicher Ansatz verfolgt, der auch die Stärkung des Beckenbodens einschließt.

Die regelmäßige Teilnahme am Mamafitness / Rückentraining -Kurs wird von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst und ist daher eine ideale Gelegenheit, sowohl die körperliche Fitness zu steigern als auch gezielt die Gesundheit des Rückens zu fördern. Nutze diese Chance, dir und deinem Rücken etwas Gutes zu tun – mit Mamafitness oder Rückentraining!

Deine gestezliche Krankenkasse unterstützt Dich mit mindestens 75€!

Was?

ART DES ANGEBOTS
Kurs / Workshop

KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON
Janine Lorenz

LINK ZUM ANGEBOT
Weiter zum Angebot

ALTER DES KINDES
vor der Geburt

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN
Von 27.05.2024 (10:45 Uhr) bis (Uhr)

TERMIN(E)
Die aktuellen Termine findest Du unter dem Link "Zum Anbieter"

ADRESSE
Studio Janine Lorenz
Landgrafenstraße 50
53842 Troisdorf

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH
Ja

LINK ZUR ANMELDUNG
Weiter zur Anmeldung

WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG
Anmeldung und weitere Angbote

KOSTEN DES ANGEBOTS
8 x 60 Minuten / 115,00 €
Deine gesetzliche Krankenkasse unterstützt Dich mit mindestens 75€

Durchführende Organisation

ADRESSE
Janine Lorenz - ganzheitliches Gesundheitstraining für Frauen

KONTAKTPERSON
Janine Lorenz

TELEFON
0177 / 318 80 69

EMAIL
info@janine-lorenz.de

LINK ANBIETER
Weiter zur Homepage des Anbieters

ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS
Andere Angebote dieses Anbieters

Träger des Anbieters

ADRESSE
Janine Lorenz