



Familienwegweiser Duisburg

Pilates für junge Frauen nach der Geburt - Anfängerinnen

Kurs / Workshop

Pilates für junge Frauen nach der Geburt - Anfängerinnen

Im Anschluss an die Rückbildung ab der 7. Woche nach der Geburt ist dieser Kurs ein guter Einstieg, um mit Pilates-Übungen für den Bauch, Rücken und Beckenboden wieder fit zu werden. Pilates eignet sich hervorragend für junge Mütter. Mit wenig Zeitaufwand lassen sich die sehr effektiven Übungen zur Verbesserung der Rumpfkraft durchführen. Die Babys können mitgebracht werden.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Frau Höchter

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

28.01.2025 - 02.04.2025, 12:00 - 12:45 Uhr, 10

Angebotstermin

Von 28.01.2025 (12:00 Uhr) bis 02.04.2025 (12:45 Uhr)

Wo?

Haus der Familie, Hinter der Kirche 34

Hinter der Kirche 34
47058 Duisburg

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

52,00 €

Durchführende Organisation

EBW Duisburg

Hinter der Kirche 34
47058 Duisburg

Name Kontaktperson

Birgit Höchter

Telefon

02 03/29 51 28 51

Email

b.hoechter@ebw-duisburg.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Evangelischer Kirchenkreis Duisburg

Am Burgacker 14 - 16
47051 Duisburg

Art des Trägers

Freier Träger (konfessionell)

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)