



fitdankbaby® fitness für dich und dein Baby

Kurs / Workshop

fitdankbaby® fitness für dich und dein Baby

Viele Frauen finden nach der Entbindung nicht die nötige Motivation, den Körper wieder in Form zu bringen oder schaffen es zeitlich nicht, mit einem Fitnessprogramm zu beginnen.

Fitdankbaby® bietet DAS Fitnessstraining für Mama und Baby! Während Du schwitzt ist dein Baby ein wichtiger Teil der Stunde und wird bei allen Übungen einbezogen, so kommt garantiert keine Langeweile auf und die Bindung wird gefördert.

Neben dem Training der klassischen Problemzonen werden auch Übungen für den Rücken und den Beckenboden gemacht – aufbauend auf die Rückbildungskurse.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Sarah Ksoll, ausgebildete fitdankbaby® Kursleiterin und Trainerin für [WingTsun](#) (Selbstverteidigung)

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre, 1 bis 3 Jahre

Wann?

Termin(e)

Auf unserer Website besteht die Möglichkeit, die aktuellen [Kursangebote](#) sowie die zukünftigen Kurse einzusehen.

Wo?

Fitdankbaby® fitness für dich und dein Baby

Otto-Wels-Straße 15
52477 Alsdorf

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online über die Website.
Schnupperstunden werden telefonisch vereinbart.

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

Die Kosten für einen Kurs von 8 x 75min. betragen €
70,-.

Durchführende Organisation

Fitdankbaby®

Otto-Wels-Str. 15
52477 Alsdorf

Name Kontaktperson

Sarah.Ksoll@fitdankbaby.de

Telefon

0178 - 165 2686

Email

sarah.ksoll@fitdankbaby.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)