



FRÜHE HILFEN

FÜR EINEN GUTEN START INS LEBEN



MamaWorkout mit Babybauch

Kurs / Workshop

MamaWorkout mit Babybauch

Dieses Ganzkörpertraining ist speziell während der Schwangerschaft geeignet, um mit Hilfe spezieller Pilatesübungen aktiv zu bleiben. Der Rücken wird gestärkt, die Muskeln bleiben geschmeidig und durch das leichte Ausdauertraining wird das Herz- Kreislauf System angekurbelt. Also eine tolle Mischung, um die Schwangerschaft sportlich genießen zu können.

-Dieser Kurs ist ein von den Krankenkassen anerkannter Präventionskurs-

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Stefanie Bollmann

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

Kurstermine finden Sie aktuell auf folgender Plattform:

<https://kikudoo.com/korpergefuehl-physio-praevention-personaltraining>

Wo?

Körpergefühl- Physio Prävention PersonalTraining

Ravensberger Straße 27
32312 Lübbecke

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Durchführende Organisation

Körpergefühl

Ravensberger Straße 27
32312 Lübbecke

Name Kontaktperson

Stefanie Bollmann

Telefon

05741 - 3382056

Email

koerpergefuehl.info@t-online.de

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)