



FRÜHE HILFEN

FÜR EINEN GUTEN START INS LEBEN



MamaWorkout mit Baby

Kurs / Workshop

MamaWorkout mit Baby

Nach dem Wochenbett ist es Zeit wieder etwas aktiver zu werden und dabei hilft das Rückbildungskonzept MamaWorkout mit Baby.

Die Stabilisierung der Körpermitte, Wahrnehmung der Beckenbodenmuskulatur und Kräftigung des Rumpfes steht im Mittelpunkt.

Die Baby's sind beim Training herzlich willkommen, dafür steht eine gemütliche Liegewiese im Kursraum zur Verfügung, aber die Kleinen werden nicht mit ins Training integriert.

-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

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

Kurstermine finden Sie aktuell auf folgender Plattform:

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

Wo?

Körpergefühl- Physio Prävention PersonalTraining

Ravensberger Straße 27
32312 Lübbecke

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](#)