



Eschweiler-Familien-Navi

MamaFit - Pilates mit Kind - Elternstart

Kurs / Workshop

MamaFit - Pilates mit Kind - Elternstart

Für Mütter mit Babys im ersten Lebensjahr

Mit Kind ist es nicht leicht sportlich aktiv zu bleiben. Daher macht Ihr Kleines einfach mit! Die Kinder können neben den Mamas spielen oder mitturnen. Pilates ist ein sanftes, aber effektives Ganzkörpertraining, welches hilft, nach der Geburt wieder in Balance zu kommen. Insbesondere die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur wird gekräftigt, überdehnte Muskeln und Bänder erhalten ihre Funktion zurück.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Carmen Muschert (Pilates- und Yoga-Trainerin)

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wo?

Helene-Weber-Haus

Oststraße 66
52222 Stolberg

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

Mit Elternstart-Gutschein ist der Kurs
Bundestiftung
Frühe Hilfen 



Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



gebührenfrei. NRW Elternstart kann pro Kind im ersten Lebensjahr einmalig in Anspruch genommen werden. Wenn Sie Elternstart bereits genutzt haben, beträgt die Kursgebühr 42,00 €. Bitte bei der Anmeldung angeben

Durchführende Organisation

Helene-Weber-Haus

Oststraße 66
52222 Stolberg

Name Kontaktperson

Sabine Becker

Telefon

02402-955617

Email

sabine.becker@heleneweberhaus.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Helene-Weber-Haus

Oststraße 66
52222 Stolberg

Art des Trägers

Freier Träger

Name Kontaktperson

Frau Astrid Natus-Can

Telefon

02402/9556-0

Email

info@heleneweberhaus.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)