



## fitdankbaby® - Fitness für Dich und Dein Baby

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

### fitdankbaby® - Fitness für Dich und Dein Baby

Fitness für Mama UND Baby

Ein funktionelles Ganzkörpertraining, das speziell auf die Bedürfnisse von Mamas und ihren Babys zugeschnitten ist.

Dein Baby ist nicht nur dabei, sondern wird in alle Übungen einbezogen. Dein Baby liebt die Nähe und die gemeinsame Bewegung – mal verstärkt es mit seinem Körpergewicht die Intensität der Übungen, mal motiviert es dich mit seinem Lachen.

Du kannst Kontakte mit anderen Mamas knüpfen und tust gleichzeitig etwas für deinen Körper und die Entwicklung deines Babys.

### Was?

#### Art des Angebots

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

#### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Bundesstiftung  
Frühe Hilfen 

### Wo?

#### ADTV & CreaDance Tanzzentrum Weißhausstraße

Weißhausstraße 21  
50939 Köln

 Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

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



## Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

## Anmeldung

### Anmeldung erforderlich

Ja

### Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung über die Homepage  
unter <https://www.tanzschule-koeln.de/tanzkurse/fitdankbabyr>

### Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

### Kosten des Angebots

74€ für 8x60min

## Durchführende Organisation

### ADTV & CreaDance Tanzzentrum Weißhausstraße

Weißhausstraße 21  
50939 Köln

### Name Kontaktperson

Barbara Minzenmay-Pfeiffer

### Telefon

0221442420

### Email

[info@tanzschule-koeln.de](mailto:info@tanzschule-koeln.de)

### Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

## Trägerschaft

### Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)