Mama fit

Neu

Start: 06.10.17 10 x in 2017
Kursgebühr: 45,00€, für Mitglieder 32,-€
Kein Kurs in den Herbstferien!

Kursleitung: Barbara Sandner Rapp Sportlehrerin
Termin: Freitags 09:15 – 10:15 Uhr / 10 x 60 Minuten
Kurs-Ort: Vereinsheim TSG Maisach, Am Strasserwinkel 3, Gymnastikraum
Teilnehmerzahl: Mind. 5 Personen max. 12 Personen
Teilnehmerkreis: Mütter mit Kindern im Alter bis zu 2 Jahren

Kurs Nr. 17-10-I

Mütter älterer Kinder sind gerne alleine willkommen.
Sie wollten ja schon längst wieder …
Jetzt gibt es den passenden Kurs dazu, der Mütter nach Schwangerschaft und Geburt wieder in Form bringt!
Gemeinsam wollen wir uns bewegen, Verspannungen lösen, den Körper aufrichten, „alle“ Muskeln spüren und dabei natürlich auch Spaß haben.
Aber ich habe niemand für mein Kind?
Kein Problem – denn die Kinder bis zum Alter von 2 Jahren dürfen mit dabei sein (die ganz kleinen am besten in einer Tragehilfe).
Weitere Infos: Eckart Rabe (08141/94302) Johanna Loewe (08141/95231)