



Aufwachsen in Wuppertal



STADT WUPPERTAL / JUGENDAMT

fitdankbaby Pre - ab der 14. Schwangerschaftswoche

Kurs / Workshop

fitdankbaby Pre - ab der 14. Schwangerschaftswoche

Seid gemeinsam aktiv - von Anfang an! Dieser Kurs fördert das Wohlbefinden von Mama und Baby, denn schon in der Schwangerschaft wirkt sich Sport positiv aus. Gezielte Übungen verbessern Kraft, Beweglichkeit und Koordination und helfen dabei, Schwangerschaftsbeschwerden vorzubeugen oder zu lindern. Besonderes Augenmerk liegt auf Haltung und Beweglichkeit, aber auch Entspannung kommt nicht zu kurz.

Tausche dich mit anderen werdenden Mamas in einer netten, kleinen Gruppe aus und hole dir praktische Tipps für eine schöne Zeit mit Babybauch.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Kursleitung:

Claudia Dettmar

E-Mail: s-babybauch@web.de

Ansprechperson:

Standort Elberfeld

Tel: +49 202 763676

E-Mail: team@geburtshaus-wuppertal.de

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

13.01.2025 - 03.02.2025, montags 20:00 bis 21:00 Uhr

Angebotstermin

Von 13.01.2025 (20:00 Uhr) bis 03.02.2025 (21:00 Uhr)

Wo?

Geburtshaus Elberfeld

Hainstraße 12

42109 Wuppertal

Trägerschaft

Geburtshaus Wuppertal e.V.

Hainstraße 12
42109 Wuppertal

Name Kontaktperson

Frau Kristin Seeland

Telefon

+49 202 763676

Email

team@geburtshaus-wuppertal.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)