



## Rückbildung am Abend ohne Kind - Kurs 1

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

### Rückbildung am Abend ohne Kind - Kurs 1

Rückbildungsgymnastik zur Stärkung der Muskulatur

Hier erlernen Sie gezielte Übungen, die Ihre Muskulatur des Beckenbodens, des Rücken und des Bauches kräftigen und straffen.

Die Kosten übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen. Auskunft erteilt die Hebamme.

#### Was?

##### Art des Angebots

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

##### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

##### Kursleitung/Ansprechperson

Sabine Hohage-Ganz

Email: [shg@harmoniehaus.de](mailto:shg@harmoniehaus.de)

##### Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

#### Wann?

##### Termin(e)

Ab Dienstag, 14.01.2025

18:00 - 19:15 Uhr, 8 Treffen

##### Angebotstermin

Von 14.01.2025 (18:00 Uhr) bis (19:30 Uhr)

#### Wo?

##### Familientreff im Pestalozzihaus

Pestalozzistraße 6  
59192 Bergkamen

## Trägerschaft

### **Ev. Kirchenkreis Unna**

Mozartstraße 18-20  
59423 Unna

### **Art des Trägers**

Sonstiger Träger

### **Name Kontaktperson**

Andrea Goede

### **Telefon**

02303 288-129

### **Email**

[andrea.goede@ekvw.de](mailto:andrea.goede@ekvw.de)

### **Link Träger**

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)