

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Sport für Mamas: Fitness und Gesundheit für aktive Mütter

Kurs / Workshop, Beratung

Sport für Mamas: Fitness und Gesundheit für aktive Mütter

Willkommen bei MumBalance

Lorina Schön



Sport Mamas: Fitness und Gesundheit für aktive Mütter

Als Mama weißt du, wie herausfordernd es sein kann, Familie, Alltag und eigene Bedürfnisse unter einen Hut zu bringen. Doch genau hier kommen die **Sport Mamas** ins Spiel! Ich unterstütze dich dabei, Fitness und Gesundheit in dein Leben zu integrieren – unkompliziert, effektiv und alltagstauglich mit Spaß. Egal ob du gerade erst nach der Geburt wieder aktiv werden möchtest oder eine Möglichkeit suchst, Sport und Familie zu verbinden: Hier findest du genau das richtige Angebot. Werde Teil einer Community aus starken, motivierten Frauen, die sich gegenseitig unterstützen und gemeinsam wachsen. Denn dein Wohlbefinden ist wichtig – für dich und deine Familie!

Meine Angebote:

Kinderwagen Outdoor Sport im Wald - Bewegung für Eltern und Babys

Fitnesskurs nach der Schwangerschaft - Yoga, Pilates, Kraft und Ausdauer

Yoga in der Schwangerschaft: Wohlbefinden für Mutter und Kind

Workout mit Baby in der Trage - Sport mit Baby Fitness nach deinem Wochenbett

Die Angebote finden entweder in der [Krabbelbude](#) oder in der freien Natur statt. Weitere Informationen dazu findest du auf meiner [Homepage](#).

Wann?

Angebotstermin

Von 30.04.2025 (Uhr) bis (Uhr)

Wo?

MumBalance - Wechselnde Kursorte

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop, Beratung

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Lorina Schön

mumbalance@web.de

[01777/7964837](tel:017777964837)

Alter des Kindes

vor der Geburt, 0 bis 1 Jahre

Trägerschaft

Art des Trägers

Freier Träger

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

Siehe Webseite

Durchführende Organisation

MumBalance

Tippelstraße
45529 Hattingen

Name Kontaktperson

Lorina Schön

Telefon

0177/7964837

Email

mumbalance@web.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)