fitdankbaby®

Kurs / Workshop

fitdankbaby®

Die Kurse vereinen zweierlei: Fitnesstraining für die Mamas und spielerische Übungen für die Babys. Das Baby ist nicht nur dabei – es ist ein wichtiger Teil der Stunde. Bei allen Übungen wird es mit einbezogen; Langeweile kommt so garantiert nicht auf. Nur in einer solch lockeren und entspannten Atmosphäre kann dann auch ein effektives Training stattfinden. Neben dem Training der klassischen Problemzonen werden auch Übungen für den Rücken und den Beckenboden gemacht – aufbauend auf die Rückbildungskurse. “Uns ist es wichtig, dass die Mamas einfach am Ball bleiben. Viele Frauen fanden bisher nicht genug Motivation, Sport zu treiben und verpassen dann über viele Jahre den Anschluss. fitdankbaby® ermöglicht ihnen eine unkomplizierte und zudem mitreißende und effektive Möglichkeit, ihren Körper wieder in Form zu bringen.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

Weiter zum Angebot

Kursleitung/Ansprechperson

Physiotherapeutin Juli Scheiper-Uhlmann

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

Weiter zur Anmeldung

Kosten des Angebots

95,00 Euro pro Kurs

Wo?

Haus Kavenstroth

Schützenstraße 2
33775 Versmold

Trägerschaft

Stadt Versmold

Münsterstraße 16
33775 Versmold

Art des Trägers

Öffentlicher Träger

Name Kontaktperson

Frau Kerstin Walter

Telefon

05423/930208

Email

kerstin.walter@versmold.de

Link Träger

Weiter zur Homepage des Trägers

Durchführende Organisation

Physiotherapie Julia Scheiper-Uhlmann

Winkelsettener Ring 11
49196 Bad Laer

Name Kontaktperson

Frau Kerstin Walter

Telefon

05423/930208

Email

hausderfamilie@versmold.de

Link Anbieter

Weiter zur Homepage des Anbieters

Alle Angebote dieses Anbieters

Andere Angebote dieses Anbieters