



Gymnastik nach der Geburt

Gruppenangebot

Gymnastik nach der Geburt

Mit gezieltem Walking und Lauftraining, sowie Warm-up und Stretching im Wald, können Sie nach Schwangerschaft und Geburt wieder in Form kommen und körperlich fit werden. Der Kurs ist so aufgebaut, dass nach dem Warm-up und dem Stretching eine Einheit Walking stattfindet (60 Minuten) und anschließend für Fortgeschrittene noch etwa 30 Minuten joggen. Ihr Baby kann im Tragetuch/Tragehilfe oder auch einem geeigneten Kinderwagen mitgebracht werden.



Was?

Art des Angebots

Gruppenangebot

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Hildegard Holtermann, Jennifer Dittrich, Linda Krings, Dagmar Kirsten. Katharine de Lange

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

Es finden täglich Gymnastikkurse statt. Die Kurstermine erfahren Sie telefonisch oder im [Programmheft](#).

Wo?

Storchenbiß e.V.

Bourscheidtstraße 39
52249 Eschweiler

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font:

12.0px 'Helvetica Neue'; color: #454545} p.p2
{margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; font: 12.0px
'Helvetica Neue'; color: #454545; min-height:
14.0px} span.s1 {text-decoration: underline}
02403 / 55 38 158 oder kontakt@storchenbiss-
ev.de
Öffnungszeiten Büro
Mo.+Di.+Do. von 10.00 - 12.00 Uhr

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

Je nach 25€ - 60€. Bei einigen Kursen wird die Kursgebühr von vielen Krankenkassen erstattet.

Durchführende Organisation

Storchenbiß e.V.

Bourscheidstraße 39
52249 Eschweiler

Name Kontaktperson

Claudia Schwade-Kemper

Telefon

02403 - 55 38 158

Email

kontakt@storchenbiss-ev.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Storchenbiß e.V.

Bourscheidstraße 39
52249 Eschweiler

Art des Trägers

Freier Träger

Name Kontaktperson

Claudia Schwade-Kemper & Jennifer Dittrich

Telefon

02403 - 55 38 158

Email

kontakt@storchenbiss-ev.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)