



## Bauch, Beine, Po oho...

Gruppenangebot

### Bauch, Beine, Po oho...

Dieser Kurs richtet sich an alle, die im „Problemzonenbereich“ (Bauch, Beine, Gesäß) nach der Geburt die Muskulatur kräftigen möchten. Bei gymnastischen Übungen nach Musik wird für diese Muskelgruppen eine Straffung des Gewebes und eine Umfangsreduktion angestrebt. Dieser Kurs ist ideal im Anschluss an die Rückbildungsgymnastik!



## Was?

### Art des Angebots

Gruppenangebot

### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

### Kursleitung/Ansprechperson

Kursleiterin

Annette

Übungsleiterin

### Alter des Kindes

altersunabhängig

## Wann?

### Termin(e)

Kurstermine Montags  
von 18.30 - 19.30 Uhr  
und 19.30 - 20.30 Uhr

Kurse fortlaufend, (momentan belegt)

Kosten

10 Termine / 45,- Euro

## Wo?

### Geburtshaus Essen GBR

Wolfsbankring 42  
45355 Essen

## Anmeldung

### Anmeldung erforderlich

Ja

### Weitere Angaben zur Anmeldung

über das Geburtshaus Essen GBR online

Link zur Anmeldung  
Frühe Hilfen

[Weiter zur Anmeldung](#)

## Kosten des Angebots

Kosten

10 Termine / 45,- Euro

## Durchführende Organisation

### Geburtshaus Essen GBR

Wolfsbankring 42

45355 Essen

### Name Kontaktperson

Andrea Allen

### Telefon

0201/8696452

### Email

[info@geburtshaus-essen.de](mailto:info@geburtshaus-essen.de)

### Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)