



Frühe Hilfen



# Bauch, Beine, Po oho...

GRUPPENANGEBOT

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 Muskulaturgruppen 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 & Wo?

ANGEBOTSTERMIN  
Dauerhaftes Angebot

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

ADRESSE  
Geburtshaus Essen GBR  
Wolfsbankring 42  
45355 Essen

## Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG

über das Geburtshaus Essen GBR online

KOSTEN DES ANGEBOTS

Kosten10 Termine / 45,- Euro

## Durchführende Organisation

ADRESSE

**Geburtshaus Essen GBR**

Wolfsbankring 42 45355 Essen

KONTAKTPERSON

Andrea Allen

LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

TELEFON

0201/8696452

ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

EMAIL

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

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)