

Buggy-Workout

19. Juli bis 23. August 2017

6 x mittwochs von 10.30 - 11.30 Uhr



Kursleiterin: Sandra Weiß-Oldach
Dance-Aerobic & Group Fitness Trainerin / Pilates Coach
Infos + Anmeldung: (04108) 59 0997, Kosten: 36,- €

Ein Fitness-Programm speziell für Dich und Dein Kind. Das Sportprogramm ist eine Kombination aus Herz-Kreislauf-Training zur Anregung der Fettverbrennung und gezielte Kräftigungsübungen zur Körperstraffung.

Das Buggy-Workout findet an der frischen Luft statt und Dein Kind ist immer dabei. Du machst Dich mit Deinem Kind und Kinderwagen fit.

Für die Teilnahme am Training ist es erforderlich, den Rückbildungskurs abgeschlossen zu haben.



Hebammenpraxis im Rosengarten / Sigrid Peek, Hebamme
Kirchenstr. 9 • 21224 Rosengarten/Nenndorf
Tel.: (04108)41 76 64 • Fax: (04108)41 76 65
E-Mail: hebammenpraxis@ymail.com • Homepage: www.hebammenpraxis-rosengarten.de