

Rückbildung nach der Schwangerschaft

immer Dienstag und Donnerstag
8 Einheiten

Do 30.01.2025, 9.00 - 10.15 Uhr

Du bist glücklich mit deinem Baby, langsam werdet ihr ein eingespieltes Team, aber du machst dir Gedanken, wie du deinen Körper wieder fit nach den Strapazen der Schwangerschaft machen kannst. Wir machen mit dir gezieltes Beckenbodentraining, kräftigen deine Bauch- und Rückenmuskulatur und gleichzeitig kannst du andere Mamas treffen, die genau die gleichen Probleme im Alltag haben wie du.
weitere Kurse jeweils von 9 - 10.15 Uhr:
Di. 11.03./ 06.05.24
Do. 03.04./ 26.06.25

Weitere Infos, Kurse und Termine unter: www.kurswerkstatt-pan.de oder auf Anfrage

Kurswerkstatt, Äußere Simbacher Str. 21, 84347 Pfarrkirchen

Referentin

Physiotherapeutin Julia Schoske

Kosten

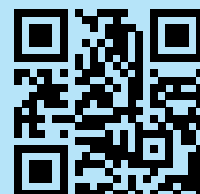
100 Euro (die Kosten werden bei regelmäßiger Teilnahme von der gesetzlichen Krankenkasse ganz oder teilweise übernommen)

Anmeldung

julia.schoske@gmail.com oder 0151/57303404



**mehr Infos &
Anmeldung**



VÖ: 2025-02-07 11:59:40