



Angebote Schwangerschaft - Geburt - Babyzeit

MAMA MACHT SICH FIT RÜCKBILDUNGSKURS

Babys bis ca. 9 Monate sind herzlich willkommen!



Durch Schwangerschaft und Geburt hat sich dein Körper und die Wahrnehmung zu deinem Körper vielleicht verändert. In diesem Kurs wollen wir ganz behutsam wieder fit und aktiv werden.

Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf die Kräftigung des Beckenbodens und der Bauchmuskulatur. Für Mamas ab 8 Wochen nach der Geburt, nach Kaiserschnitt 12 Wochen

Termine:

Do 27.2., Mi 5.3., Di 11.3., 18.3., 25.3.
jeweils 09:00 – 09:50 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum in Weixelbaum

Kosten: 55 Euro für 5 Einheiten

Referentin:

Dipl. Hebamme Carina Summer

ANMELDUNG NOTWENDIG:



0664-3430440



ekiz.radkersburg@aon.at



www.ekiz-radkersburg-
elterntreff.at