

MamaPower

Gemeinsam aktiv für Mutter mit Baby

In diesem liebevoll gestalteten Kurs haben Mütter die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Babys aktiv zu werden und sich fit zu halten. Der Kurs ist speziell für Mütter konzipiert, deren Babys noch nicht laufen können und idealerweise in einer Trage getragen werden.

Gemeinsam werden sanfte, abwechslungsreiche Übungen durchgeführt, die sowohl die Muskulatur der Mütter stärken als auch die Bindung zu den Babys fördern. Während die Kleinen bequem in der Trage sitzen oder auf der Matte liegen, profitieren sie von der Nähe und den positiven Reizen, die die gemeinsame Bewegung bietet.

Der Kurs bietet eine angenehme Atmosphäre, in der sich Mütter austauschen, entspannen und neue Energie tanken können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich – einfach nur Freude an Bewegung und die Liebe zu deinem Baby!

Wir freuen uns auf dich und dein kleiner Lieblingsbegleiter!

Übungsleiter: Sporttherapeuten-Team MeTraVit

Treffpunkt: Gymnastikhalle 1

Anmeldung: Empfang MeTraVit

und kursverwaltung@bad-sebastiansweiler.de

Preis: 80,00€

Kursbeginn: 28.8./ 23.10. (8 Einheiten à 45min)

Wann: donnerstags, 10Uhr

Da es sich um ein Präventionskurs nach §20 SGB V handelt, werden die Kursgebühren anteilmäßig von der Krankenkasse zurückerstattet.

Bei weiteren Fragen bitte unter kursverwaltung@bad-sebastiansweiler.de melden.

*Bad Sebastiansweiler
MeTraVit GmbH
Hechinger Straße 26
72116 Mössingen*