

241E42119

Mama und Baby - fit und entspannt (7-10 Monate)

Beginn	Mittwoch, 06.03.2024, 09:45 - 10:45 Uhr
Kursgebühr	80,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Tamara Zimmermann
Informationen	Bitte mitbringen: Großes Handtuch
Kursort	KS, Raum O5 a+b, Walldorfer Str. 7, 68789 St. Leon-Rot

Möchten Sie Ihr Baby in seiner Entwicklung individuell unterstützen und gleichzeitig etwas für Ihre eigene Balance und Fitness tun? Dann freuen Sie sich auf diesen Kurs, der ein Ganzkörpertraining für die Mamas mit spielerischen Übungen für die Babys/Kinder verbindet. Der Kurs richtet sich an Mütter, die eine unkomplizierte Methode suchen, um ihren Körper wieder in Form zu bringen ohne dabei den Kontakt und die Nähe zum Baby/Kind aufgeben müssen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.03.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
13.03.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
20.03.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
10.04.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
17.04.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
24.04.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
08.05.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
15.05.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
05.06.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str
12.06.2024	09:45 - 10:45 Uhr	St. Leon-Rot, OT Rot, Kastanienschule, Raum O5 a+b, Walldorfer Str

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de
Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz

