

Mach dich fit *mach mit!*



mit Anna Kaiser

fitdankbaby[®]
Fitness für Dich & Dein Baby

Seit März 2024 – NEU in WEIBERN!
Nächster Kursstart im Mai!

fitdankbaby[®] ist das Fitnesskonzept für die Mama, orientiert an den Bedürfnissen ihres Babys. Dein Baby ist aktiv dabei und profitiert gleichzeitig von den vielen Spielen und Liedern. Im Kurs kommt keine Langeweile auf und die Babys sind friedlich und entspannt. So kannst du mit viel Spaß effektiv trainieren. Dabei wirst du von einer für postnatales Training top qualifizierten Kursleitung rundum gut betreut.

Kursdetails:

- 2in1: Fitnesskurs und Spielgruppe in einem
- Austausch, Input zur Frauengesundheit bzw. Babyentwicklung
- 6 Einheiten je Kursblock
- wöchentlich, ausgenommen Feiertage und 20. + 27.06.2024
- 70 € je Kursblock
- kein Equipment (ausgenommen Sportbekleidung) notwendig
- Mindestteilnehmeranzahl: 4
- In der Mehrzweckhalle Weibern, Schulgasse 1, 4675 Weibern



<p>MINI-KURS ab 16.05.2024 donnerstags, 08:30 – 09:40 Uhr</p>	<p>MAXI-Kurs ab 16.05.2024 donnerstags, 09:45 – 10:55 Uhr</p>
<p>für Mama's mit Baby ab 3 Monate bis Krabbellalter (ca. 8 Monate)</p>	<p>für Mama's mit Baby ab Krabbellalter (ca. 8 Monate) bis Laufalter (ca. 15 Monate)</p>

Anmeldung erforderlich unter: anna.kaiser@fitdankbaby.at oder 0676 / 944 922 9