



Das Studio für medizinische Fitness

Aqua-Fit mit Babybauch

Fördert die Herzkreislaufaktivität und verbessert die Sauerstoffzufuhr bei Mutter und Kind. Ausdauer und Muskulatur werden gestärkt, Gelenke und Bänder entlastet. Zur Vorbeugung von Haltungsschwächen und Linderung bei Rückenschmerzen und Wassereinlagerungen.



Informationen zum Kurs

Mittwoch: 19.30 – 20.15 Uhr
Starttermin: 27.4.2022
mit 8 Einheiten
Ab der 14. Schwangerschaftswoche

Einstieg in jeder Schwangerschafts-
woche möglich
Kursleitung: Physiotherapeutin
Julia Wintel

Nur mit Voranmeldung!