

Mit Baby in Bewegung bleiben!

Liebe Mütter,

suchen Sie mit ihrem Baby einen Anschlusskurs nach dem Rückbildungskurs?

Ich freue mich, wenn Sie bei meinem Kurs dabei sind!

Kurstermine: 04.10., 11.10., 18.10.,
08.11., 15.11., 22.11.24

Uhrzeit: 10.00 – 11.00 Uhr

Wo: Kultur- und Bürgerhaus
Pelkovenschlössl,
Moosacher St-Martins-Platz 2,
München



Mitzubringen: 1 Gymnastikmatte

Kursinhalt: Dieser Kurs schließt an die Rückbildungskurse an. Es werden dein Rücken, dein Bauch, die gesamte Rumpfmuskulatur und dein Beckenboden in einem kraftvollen Ganzkörper-Workout trainiert. Die Babys sind dabei und erfreuen sich an der Musik und an der Interaktion mit den anderen Babys. Sie werden teilweise in die Übungen miteinbezogen. Jeder Kurs beinhaltet 6 Einheiten je 60 Minuten.

Kurskosten: Für Mitglieder des OSC München e.V.: 45 Euro
Kurskosten ohne Mitgliedschaft des OSC München e.V.: 54 Euro
Die Gebühr ist bei der 1. Einheit zu entrichten (Barzahlung).

Anmeldung: Per Email über unsere Abteilungsleiterin:

E-Mail: ulrikeweber@mnet-online.de Die Anmeldung ist verbindlich.

**Auf euch freut sich
Julia Chaudhuri**