



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Rückbildungsgymnastik mit oder ohne Baby

Acht Einheiten

Di 07.01.2020, 10.30 - 11.45 Uhr

Ort:

Burghausen, Pfarrzentrum St. Konrad (im großen Saal), Robert-Koch-Str. 30, 84489
Burghausen

Rückbildungsgymnastik 6 - 8 Wochen nach der Geburt zur Stärkung von Beckenboden, Rücken, Bauch und des allgemeinen Bewegungsapparates basierend auf Pilates und Yoga Übungen. Der Einstieg ist 6 - 8 Wochen nach der Geburt jederzeit möglich, da der Kurs fortlaufend ist. Babys dürfen mitgebracht werden. Weitere Infos unter:
www.hebamme-burghausen.de

Referentin:

Nicola Bader

Veröffentlichungsdatum: 20.01.2020

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de