



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Kangatraining

**Dein bestes Workout - in Geborgenheit
8 Einheiten á 60 Minuten**

Di 07.01.2020, 10.00 - 11.00 Uhr

Ort:

Neuötting, Katka´s Dance Academy, Nagelschmiedstraße 3, 84524 Neuötting

Kangatraining ist genau auf deine Bedürfnisse als junge Mama und die deines Babys abgestimmt. Es vereint Sport, Fitness sowie Tanz mit deinem Baby und ist das perfekte Training nach der Schwangerschaft. Im Mittelpunkt stehen gesundes Babytragen, Beckenbodenschonung/-stärkung, Fitnessaufbau, korrekte Körperhaltung,... und natürlich jede Menge Spaß!

Kostenloser Tragehilfenverleih während der Kurse!

Die Rückbildungsgymnastik sollte bereits abgeschlossen sein.

die nächsten Kurse beginnen: 03.03.20 und 28.04.20 jeweils
von 9.30 - 10.30 Uhr

Weitere Infos und Termine unter: www.kangatraining.de

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



Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Referentin:

Marianna Schell

Kosten:

85 Euro/8x60 Min

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