



fitdankbaby® MINI

Aktiv mit Baby

Dein Baby ist ganz in die Stunde eingebunden, mal verstärkt es mit seinem Körpergewicht die Intensität der Übungen, mal motiviert es dich mit seinem Lachen. Dein Baby liebt die Nähe und die gemeinsame Bewegung und profitiert außerdem von den vielen liebevollen Bewegungsliedern und Spielen, die du im Kurs gemeinsam mit ihm machst. So kannst du Kontakte knüpfen und wie nebenbei etwas für deinen Körper und die Entwicklung deines Babys tun. Wenn es deinem Baby Spaß macht, macht es dir Spaß und du bleibst motiviert. Im Kurs geht es erstaunlich ruhig zu, da für die Babys keine Langeweile aufkommt.

Was es dir bringt

- Qualitative Zeit und Spaß mit Deinem Baby
- Kräftigung der Problemzonen (Bauch, Beine, Po, Rücken)
- Unterstützung der Rückbildung (Beckenboden)
- Das Trainingsgewicht wächst mit
- Spielideen und Lieder für Dein Baby
- Austausch mit anderen Mamas

Termine: 11.01./18.01./25.01./08.02./15.02.2022

Uhrzeit: 11:30-12:40 Uhr

Kosten: 70 €

TS Mühlburg, Halle 1
Am Mühlburger Bahnhof 12
76189 Karlsruhe

TURNERSCHAFT
MÜHLBURG 1861 e.V.



*... der Sportverein
für die ganze Familie!*

Anmeldung und weitere Infos:

jessica.rodriquez@fitdankbaby.de
www.fitdankbaby.de/jessica.rodriquez