

Mamaworkout Outdoor

Fit mit Baby Outdoor mit Hebamme Saskia Bruns

Du trainierst gerne an der frischen Luft? Du möchtest ganzheitlich deinen Körper kräftigen und deine Ausdauer verbessern? Dann bist du in dem Kurs „Mamaworkout Outdoor – Fit mit Baby Outdoor“ genau richtig.

Der Kurs beinhaltet eine schöne Mischung aus Fast/Power-Walking, Kräftigungs- und Dehnübungen, verbunden mit viel Spaß in der Natur. Voraussetzung ist ein abgeschlossener Rückbildungskurs, sowie die Mitnahme eines eigenen stabilen Kinderwagens, Sportbuggys, Joggers oder umgebauten Fahrradanhängers zum Jogger.

Dienstag, 11.00 – 12.00 Uhr

Ort: Rhododendronpark, Eingang Berckstraße

Kosten: Probiert es gerne für 15 € einmalig aus oder bucht euch eine 8er Karte für 88€

Veranstaltungsort:

Rhododendronpark, Eingang Berckstraße

Adresse:

Berckstraße
28359 Bremen

Ansprechperson:

Saskia Bruns

E-Mail-Adresse:

hebamme.saskia@gmx.de

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

88,- € (8 Termine)