



Turnverein 1863 e.V.
Groß-Zimmern

NEU! NEU! NEU! NEU! NEU! NEU! NEU! NEU! NEU!

Sport in der Schwangerschaft

Du möchtest auch während Deiner Schwangerschaft Sport machen?

Gemeinsam wollen wir in diesen besonderen Wochen den Körper mit einem gezielten Ausdauer- und Kräftigungsprogramm stärken. Leichte Dehnungs- und Wahrnehmungsübungen helfen Dir ein gutes Körpergefühl zu erlangen.

Mach Dich und Dein Baby fit für die Geburt und die Zeit danach.
Du bist zwischen der 12. und 38. Schwangerschaftswoche, fühlst Dich gut und darfst aus ärztlicher Sicht an dem Kurs teilnehmen?* Dann freuen wir uns auf Euch!

*Sprich unbedingt vorher mit Deinem Arzt über diesen Kurs und lasse Dir die Teilnahme bestätigen!

Termin: Dienstag, 29. Januar 2019 , 17:30 – 18:30 Uhr, 8x60 Minuten

Kursleitung: Mira Schröder

Ort: Fitnessraum in der Georgi-Reitzel-Halle, Darmstädter Str.43, Groß-Zimmern

Kosten: 60 € für Mitglieder/90 € für Nicht-Mitglieder

Wir bitten um verbindliche Anmeldung in der
Geschäftsstelle des TV Groß-Zimmern

Tel.: 06071 – 739424

Mail: info@tv1863.de

