



Turnverein 1863 e.V.
Groß-Zimmern

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

Wirbelsäulengymnastik **für Mütter mit Baby**

Für Mütter mit Baby bieten wir eine spezielle Wirbelsäulengymnastik, mit zusätzlichem Schwerpunkt auf die Beckenbodenmuskulatur, an. Dieser Kurs wendet sich an Mütter, die "Rückhalt" für den anstrengenden Alltag brauchen und eine gesundheitsfördernde sportliche Aktivität wieder aufnehmen möchten.

Idealer Zeitpunkt für die Kursteilnahme ist nach Abschluss der Rückbildungsgymnastik.

Dieser Kurs ist kein Ersatz für eine Rückbildungsgymnastik!

Die Kinder kommen mit und dürfen neben Mama auf der Decke turnen.

Termin: Mittwoch, 30. Januar 2019 , 09:30 – 10:30 Uhr

Dauer: 8 x 60 Minuten

Kursleitung: Mira Schröder

Ort: Kletterhalle des TV Groß-Zimmern, Darmstädter Str. 43 in 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

