

HALLO SPIEGEL FIT FÜR 2 FITNESS UND GESUNDHEITSTRAINING FÜR SCHWANGERE



Bei

Elli Garcia

Zertifizierte Prä- und Postnataltrainerin
Diplomierte Sport- und Fitnesstrainerin

☎ 0176 34 30 75 25
✉ info@hallospiegel.de
🌐 www.hallospiegel.de

Postfach 30 03 01
51332 Leverkusen

HALLO SPIEGEL - FIT FÜR 2



Dauer 10 Einheiten zu je 60 Min.

Preis 150,00 Euro

Termine Ab dem 8. Mai 2019, jeden Mittwoch von 13:00-14:00 Uhr



Eure Elli

Kursziele

Vorbereitung des Beckenbodens auf die Geburt

Verbesserung der Körperhaltung

Körperliches Wohlbefinden stärken

Infos

Teilnehmerzahl auf 10 Personen beschränkt
Teilnahme ab der 12. Schwangerschaftswoche

Ort

FAMILY fitness club # Industriestr. 27a # 51399 Burscheid