



Kira Lüke, Sportwissenschaftlerin

Back 2 Fit

Ganzkörperworkout von und für Mamas

Bei abwechslungsreichen und spaßigen Mini-Workouts finden wir gemeinsam zurück zu einem besseren und stabilen Körpergefühl nach der Schwangerschaft und im Mama-Alltag.

Deine Vorteile:

- flexible Teilnahme ohne Zu- und Absage
- Training mit oder ohne Kind(er)

montags | 15.30-16.30 Uhr

Sporthalle der Volksschule Schwendt
Dorf 2