



"Dieses Foto" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

NEUE KURSE

MAMAFIT MIT BABY

AB 18. NOVEMBER

Kursschwerpunkte wie die Kräftigung der Rücken-, Schulter und Hüftmuskulatur sowie die Stabilisierung der Wirbelsäule können ideal mit Baby kombiniert werden. Hier ist Spaß vorprogrammiert!

montags 9.30-10.15 Uhr

BESCHWERDENFREI-FÜR MUTTER UND BABY

AB 18. NOVEMBER

Gezielte Faszienheiten in Kombination mit besonderen Atemtechniken entspannen sowohl dich als Mama, als auch dein Baby. Was gibt es Schöneres, als entspannt in den Tag zu starten?

montags 10.30-11.15 Uhr

BODYFIT-WIR KRÄFTIGEN UNSEREN KÖRPER

AB 23. NOVEMBER

Ein Ganzkörpertraining für alle! Hier wird die gesamte Rücken-, Schulter-, Gesäß-, Bein- und Armmuskulatur gekräftigt und stabilisiert.

samstags 10.15-11.15 Uhr

MEIN BABY ERKUNDET DIE WELT (AB 6 M.)

AB 22. NOVEMBER

Im Kurs können sich unsere Kleinen auf Bewegungsspiele, Spielstationen, Fingerspiele und tolle Singlieder freuen!

freitags 10.30-11.30 Uhr

**Bei Buchung von 2
Kursen gibt es 10%
Rabatt!**

**Im Tanzstudio des
Ballettvereins
Pirouette Karlsruhe
e.V.:**

**Sophienstraße 128,
76135 Karlsruhe**

**Es sind noch Plätze
frei!**

KRISTINA BAKLIN

Personaltrainerin

015906375871

Weitere Informationen auf

www.viscum-kb.de



www.viscum-kb.de