STÄDTISCHES KLINIKUM WOLFENBÜTTEL gGmbH

AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS DER GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

Fitness für Mütter

Für alle Mütter, die etwas für sich und ihren Körper tun möchten!

Dieser Kurs umfasst 6 Termine und wird wöchentlich jeweils am Mittwoch in der Zeit von 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr von einer Hebamme der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe durchgeführt.

Zum Kurs:

Mit Musik und Pep werden durch eine Kombination aus Kräftigungs-, Dehnungs- und Koordinationsübungen Muskeln und Bänder trainiert.

Die Teilnehmerzahl je Kurs liegt bei max. 10 Personen.
Teilnahme frühestens 3 Monate nach der Geburt. Optimal ist ein vorausgegangener Kurs Rückbildungsgymnastik.

Beginn: nach Vereinbarung

Ort: Städtisches Klinikum Wolfenbüttel gGmbH
Alter Weg 80, 38302 Wolfenbüttel
Abteilung Physiotherapie Medico

Kosten: 40 €

Anmeldung: Hebamme Diana Stremmel ☎05306/913454 oder
im Kreißsaal ☎05331/934-4700