



ALPIN-MED
GESUNDHEITSMANAGEMENT

MAMA FIT DER SPORTLICHE WIEDEREINSTIEG NACH DER RÜCKBILDUNG

Sie haben den Rückbildungskurs abgeschlossen und wissen nicht so recht, wie es sportlich weiter gehen soll? Dann wäre unser „MamaFit mit oder ohne Baby“ genau das Richtige für Sie. Mit gezielten Übungen fördern wir Ihre Ausdauer, Koordination und Muskelkraft und möchten Ihnen helfen, ihren Alltag mit Kind aktiv zu gestalten.

Durch ein spezielles Trainingsprogramm aktivieren wir Ihre Muskulatur und helfen so dem Körper wieder zu seiner „alten“ Form zurück zu finden. Aber auch sportliche Neueinsteiger sind herzlich willkommen und dürfen unseren Kurs als Einstieg in ein gesundheitsorientiertes Leben nutzen

UNSERE ANGEBOTE

Mama Fit mit Baby

Mama Fit (Kurs ohne Baby/ Kind)

KONTAKT

ALPIN-MED

Gerberweg 10
87541 Bad Hindelang
Fon.: 08324/933480
info@alpin-med.de
www.alpin-med.de

