

Turnverein Sersheim 1904 e.V.

Angebot für Nichtmitglieder und Mitglieder



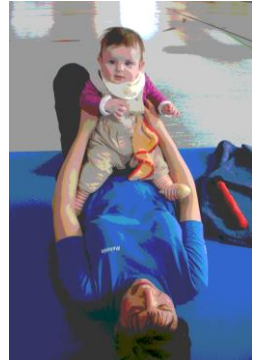
Kurs: **B**auch – **B**eine- **B**aby

Gymnastik mit Baby

Mittwoch, 11.30 – 12.15 Uhr
Gymnastikhalle in Sersheim



Stärken von Rückenmuskeln
Kräftigen von Bauch, Beine und Po
Macht wieder fit nach der Geburt
Fördert die kindliche Entwicklung



Der Kurs soll helfen, sanft wieder fit zu werden und gleichzeitig sinnvoll Zeit mit dem Baby zu verbringen.

Das Baby wird in das Fitnessprogramm und die anschließende Entspannung mit eingebunden. *Lieder und Fingerspiele mit den Babys sowie Babyparcours.*



Dieses Kursangebot ist sowohl für Vereinsmitglieder als auch für Nichtmitglieder.

Der Kurs umfasst 12 Übungsstunden, die einmal wöchentlich stattfinden.

Kursbeginn: 18. September 2013

08. Januar 2014

Kursgebühren: Nichtmitglieder 30,- €

TV Mitglieder 15,- €

Anmeldungen und Infos bei Karin Geske,

Tel. 34285, Email: tv-sersheim@web.de

staatlich anerkannte Fachübungsleiterin Gymnastik und Prävention