

Mama-BabY Fit



Durch leichte Beckenboden- und Entspannungsübungen möchten wir euch wieder Kraft für den Alltag geben.

Nach dem aktiven Teil könnt ihr euch auf ein entspanntes Beisammensein mit regem Erfahrungsaustausch freuen.

Ob mit oder ohne Baby, ihr seid herzlich willkommen unser kostenloses Angebot auszuprobieren.

Wann: dienstags 9.30 Uhr – ca. 11.00 Uhr

Wo: Franz- Mehring- Straße 20, 15230 Frankfurt (Oder)

Raum: 212

Anmeldungen und Fragen bitte unter: familienbegleitung-im-tandem-ffo@stiftung-spi.de oder 0177.346899

