

Aquafit für Schwangere

Aquafit für Schwangere

Um in der Schwangerschaft fit zu bleiben, bietet sich das Bewegungselement Wasser besonders an. Ob Schwimmen oder Aquafitness, die Bewegung im Wasser wirkt sich während der Schwangerschaft und in der Zeit danach durchweg positiv aus.

Mein Kurs "Aquafit für Schwangere" bietet bei flotter Musik abwechslungsreiche Übungen sowie Spiele und Bewegungen, bei denen der Spass im Vordergrund steht.

Preis für 5 Abende:

52,50 Euro pro Person

Beginn der nächsten Kurse:

Leider sind im Moment keine Kurse möglich, da das Schwimmbad der Schön-Klinik Lorsch bis auf Weiteres geschlossen ist.