



... mit Mama in Bewegung!

### ZUSAMMEN MACHT ES DOPPELT SPASS

Unsere mit Mama in Bewegung-Kurse kombinieren Fitness- und Ausdauertraining unter freiem Himmel und in unserem Studio. Neben dem klassischen Training der Bauch-, Bein-, Po-, und Rückenmuskulatur wird beispielsweise durch funktionelles Training der gesamte Körper in Form gebracht.

**Und das Beste: Ihr Baby ist immer dabei!**

**Kurszeiten: Immer Mittwochs und Donnerstags von 10.00 bis 11.00 Uhr**

**Weitere Informationen unter: [info@ergonomic-skills.com](mailto:info@ergonomic-skills.com) oder 0174 1612509**

**JETZT ANMELDEN!**



**ergonomic skills**

ARBEITSPLATZERGONOMIE | GESUNDHEITSFÖRDERUNG | PHYSIOTHERAPIE

WITTEKINDSTR. 45 | 33615 BIELEFELD

 ERGONOMICSKILLS | [WWW.ERGONOMIC-SKILLS.COM](http://WWW.ERGONOMIC-SKILLS.COM)