

Yoga nach der Geburt – Rückbildung mit Baby

Kursleitung Claudia Grimm

1. Termine und Beitrag:

- Beginn: Fortlaufend ab Freitag, 18. Oktober 2019
- Uhrzeit: 9:30 Uhr bis 10.30 Uhr (sei gerne 10-15 Min vor Beginn der Kursstunde da, um noch einen Tee zu trinken und Dich und Dein Baby entspannt auf die Yogastunde einstellen zu können)
- Umfang: Fortlaufende Kurseinheiten à 60 Min
- Beitrag: 15€ Grundbeitrag für die me-sport Mitgliedschaft plus 22€ Zusatzbeitrag für die Nutzung aller Kursangebote im Studio, d.h. neben Yoga & Baby kannst du deine Lieblingskurse aus fast 50 Stunden/Woche wählen. Dein Baby ist bis zur Vollendung des 3. Lebensjahres beitragsfrei. Vielleicht habt ihr Lust auf Eltern-Kind-Turnen (ab 9 Monaten) oder auf Samstags-Sport mit Papa. Hinweis: immer zum Halbjahr kann die Mitgliedschaft beendet werden.

2. Ort:

- Adresse: me-sportSTUDIO, Schwarzbachstraße (über REWE und dm), 40822 Mettmann
- Genügend Parkplätze finden sich im Parkhaus Schwarzbachstraße
- Yogaequipment ist ausreichend vorhanden.
- Kleide dich und Dein Baby bequem und flexibel