

## **BUGGY IN SHAPE beim TV 1910 e.V. Girbelsrath**

### **Wohlbefinden und Fitness mit Baby mit Jenni Berg**

Wohlfühlen und gemeinsam fit werden! Wir begleiten und unterstützen dich auf deinem Weg zu mehr Energie. Das auf dich abgestimmte Workout ist beckenbodenschonend und für jedes Fitness-Level geeignet.

Mit viel Spaß trainieren wir gemeinsam mit anderen Mamas und ihren Babys an der frischen Luft oder bei schlechtem Wetter in der Maarhalle in Girbelsrath. Nach dem Workout fühlst du dich fit und ausgeglichen für den Alltag.

Dein Baby ist zwischen 2 und 12 Monaten?

Du hast Lust auf Fitness im Freien und möchtest unter Gleichgesinnten trainieren?

Dann schnell dein Baby an und los geht's!

**Info und Kontakt T: 0151 22204246**