



Ein NBH-Kursangebot

fitdankbaby® Fitness Mini

Was? fitdankbaby® Fitness Mini ist Spaß für Mamas UND Babys **im Alter von 3 bis 7 Monaten.**

Während der Stunde werden verschiedene Übungen erlernt, die die gesamte Muskulatur der Mama (Bauch, Beine, Po, Beckenboden) kräftigen und ihren Körper langsam und stetig steigernd in Form bringen.

Die Babys haben großen Spaß daran, die Übungen zusammen mit der Mutter zu erleben. Zusätzlich werden die Babys durch altersentsprechende Spiele gefördert und gefordert.



Wer? Sonja Boisnel (Foto r.)

Wann? 6-mal dienstags ab 13.04.2021 (bis 18.05.2021)
9.15 bis 10.30 Uhr

Wo? NBH-Räume, Brunnenstraße 28, 85598 Baldham

Wie? 84 Euro

Anmeldung auch direkt auf der Homepage von fitdankbaby® [hier](#)

Bitte bringen Sie den [Fragebogen zur Selbsteinschätzung](#) ausgefüllt zum Kurstag mit.



bürozeiten

montag bis freitag
8 - 12 uhr
montag bis donnerstag
14-17 uhr

**nac
hbarschaftshilfe
sozialdienste
pflagedienste
in den gemeinden
vaterstetten,
zorneding und
grasbrunn e.v.**

brunnenstraße 28
85598 baldham
telefon 0 81 06 / 3 68 46
telefax 0 81 06 / 36 84 84
www.nbh-vaterstetten.de

kreissparkasse
münchen starnberg ebersberg
iban:
DE95 7025 0150 0000 5590 96
bic: BYLADEM1KMS

raiffeisenbank
zorneding
iban:
DE93 7016 9619 0000 2343 38
b i c: GENODEF 1ZOR

postbank
münchen
iban:
DE83 7001 0080 0212 1408 02
bic: PBNKDEFF