

FITNESS FÜR SCHWANGERE UND MAMAS IM PULS



Kennst Du schon unsere besonderen Angebote für Schwangere und Mamas?

Unsere speziell geschulten Trainerinnen begleiten Dich mit individuellen Trainingsplänen – sowohl während der Schwangerschaft, als auch in der Rückbildung. Zudem bieten wir tolle Kurse speziell zu diesen Themen an.

Bei Interesse wende Dich bitte an unser Trainerteam, wir beraten Dich gerne!

puls Stuttgart-Mitte

dienstags 10.00 - 11.45

donnerstags 10.20 - 11.20

Rückbildung*

MamaFit

puls Stuttgart-Degerloch

montags 11.45 - 13.30

13.40 - 14.55

Rückbildung*

Schwangerschaftsfitness*

puls Stuttgart-Killesberg

donnerstags 15.15 - 16.15

16.30 - 17.45

Lady Fit / Beckenbodentraining

Schwangerschaftsfitness*

Jivana Yoga Studio

dienstags 18.15 - 19.30

donnerstags 10.30 - 11.30

Prenatal Yoga

Baby & Me Yoga

* Mit unserer Hebamme Bianca >> ein geschlossener Kurs, der einer Anmeldung bedarf >> www.schwanger-sportlich-fit.de