

fitdankbaby®

Fitness für dich UND dein Baby!

**Kurs mit 4 Terminen: 16.03. - 06.04.2027, dienstags von
09.30 - 10.30 Uhr**

Nur bei fitdankbaby® können Mütter sowohl etwas für
ihren Körper als auch die Entwicklung ihres Babys tun.

Sport mit Baby? Hier ist es möglich! fitdankbaby® ist ein
erprobtes und durchdachtes Konzept, das eine mitreißende und effektive Stundengestaltung
ermöglicht. Bei uns ist das Baby dort, wo es sich in den ersten Monaten am liebsten befindet - ganz
nah bei Mama. Nur bei fitdankbaby® gibt es so vielseitige und kreative Übungsideen. Das Baby ist
voll in die Stunde eingebunden und genießt die bewegten Übungen mit der Mama.

So vereinst du aufbauendes Workout nach der Rückbildung und Sport nach der Geburt (mit
Rücksicht auf die Rektusdiastase und den Beckenboden) mit den Inhalten eines Babykurses
(Babygymnastik, Babymassage, Krabbelgruppe).

Ganzjährig, Indoor oder Outdoor, ab 3 Monaten nach Entbindung möglich,
Schnuppern/Quereinstieg möglich.

Passau, Studio blackstage, Regensburger Straße 86b

Referentin

Melanie Matheis, lizenzierte Prä-/Postnatal-Trainerin mit Fokus auf Beckenboden und
Rektusdiastase

Kosten

60 Euro

Anmeldung

0177/4604639 oder www.fitdankbaby.de/melanie.matheis



**mehr Infos &
Anmeldung**



VÖ: 2026-10-24 21:58:02