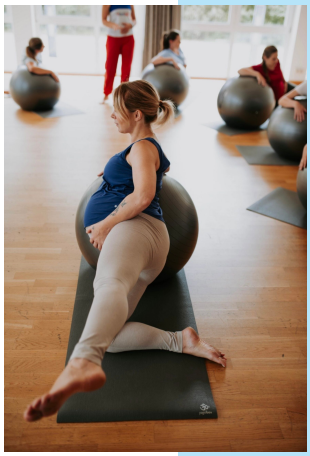
KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

fitdankbaby® PRE



fit und verbunden durch die Schwangerschaft

Kurs mit 4 Terminen: 01.03. - 22.03.2027, montags von 17.30 - 18.30 Uhr

FREUE DICH AUF sanftes, funktionelles Training mit Babybauch, mehr Energie und Wohlbefinden im Alltag, bessere Haltung und Beweglichkeit, bewusste Vorbereitung auf Geburt und Babyzeit sowie Austausch mit anderen werdenden Mamas.

Mit gezielten Übungen und unterstützenden Tools wie dem fitdankbaby® Gurt trainierst du sicher und effektiv.

Ein entspannter Ausklang rundet jede Stunde ab.

Ganzjährig, Schnuppern/Quereinstieg möglich, ab der 14. SSW.

Ort
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 22:52:10

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de
www.keb-passau.de