

# Mama-Baby-Aerobic -online-

*Wann:* 14.02./21.02./28.02./07.03.  
10:00-11:00 Uhr

*Wo:* daheim über Zoom

*Kosten:* 22,00 €

Da man als Mama doch gelegentlich etwas wenig Zeit für Sport hat, gibt es jetzt online neu eine Mama-Baby-Aerobic Stunde mit Natalie Pöpperl!

Während dieser Stunde kann das Baby entweder in der Trage ganz nah mit Mama kuscheln oder sich selbst auf einer Decke mit Spielsachen beschäftigen. Bei älteren Kindern werden Übungen angeboten, bei welchen die Kinder mitmachen oder selbst das Übungsgerät sind.



*Voraussetzungen:* Die postnatale Untersuchung beim Frauenarzt ist abgeschlossen.

Informationen und Anmeldung unter:  
[carola.fricke@sgroedental.de](mailto:carola.fricke@sgroedental.de) oder [tanzen@sgroedental.de](mailto:tanzen@sgroedental.de)