

Mama fit – Baby mit



Das Konzept von Mama fit enthält ein zielgruppenorientiertes kompetentes und vielseitiges Ganzkörpertraining bei dem die Babys, 5- 10 Monate alt, dabei sein dürfen.

Im Gegensatz zu anderen Kursen gehen wir dabei auf die speziellen körperlichen Besonderheiten der frisch gebackenen Mamas ein.

Eine klassische Rückbildung sollte abgeschlossen sein.

Neuer Kurs
ab 20.01.2026

8 x 60 Minuten
Dienstag
10.00 - 11.00 Uhr
TuS Halle/MZR



Infos und Online-Anmeldung auf der TuS Homepage
www.tus-freiberg.de/mama-fit-baby-mit/
kurse@tus-freiberg.de / 07141 270952
Gartenstraße 45, 71691 Freiberg a.N.