

Fit mit Conny für Mama´s

Eine Mama zu werden ist eine wundervolle und intensive Erfahrung, die viel Veränderung mit sich bringt. Um bei dieser körperlichen und seelischen Veränderung Schritt zu halten, unterstütze ich dich.

Durch mein vielfältiges Kursangebot mit oder ohne deinem kleinen Schatz, begleite ich dich während Veränderungen vor und nach der Schwangerschaft. Mein Kursangebot ist sehr abwechslungsreich und stärkt dich von deiner Körpermitte aus.

In einer netten Gruppe können wir die alltäglichen Fragen klären und diese wundervolle Veränderung deiner Rolle als Mama

Anmeldebogen:

Kursname:

Kursstart:

Name: (Vorname / Nachname)

Adresse:

Telefonnummer:

Da meine Kursstunden aufeinander aufbauen, ist der Preis von 88 Euro verbindlich.

**Persönliche Fragen, damit ich mich besser auf den Kurs vorbereiten und auf deine Bedürfnisse eingehen kann:
(Natürlich ist das freiwillig und erliegt dem Datenschutz)**

Ich bin in der _____ SSW.

Die Schwangerschaft war bislang:

Ich hatte Beschwerden:

Besonders Sorgen macht mir:

Die Geburt verlief:

Ich habe einen Rückbildungskurs gemacht: Ja Nein

Es ist mein _____ Kind.

Ich muss besonders darauf aufpassen:

Ich habe persönliche Fragen zu:

Ich habe eine Sporttaugliche Trage / Kinderwagen: Ja Nein Ich habe Fragen