



MamaWorkout Outdoor Kürbis Special

Dienstag, 21. + 28.11.23

9-10 Uhr, Pavillion Kurpark



Liebe Mamas,

Herzliche Einladung zum herbstlichen Kürbis Workout!

Einfach vorbeikommen, Spaß mit anderen Mamas an der frischen Luft haben und deinem Körper etwas Gutes tun!

Du hast die Rückbildung abgeschlossen? Wunderbar, bringe gerne deine Freundin mit! Wir trainieren bei jedem Wetter.

Kostenlos schnuppern und trainieren am 21. & 28. November :) Du bekommst zwei Trainings geschenkt.

Was Du brauchst: Kind mit Kinderwagen, in der Trage oder auf dem Laufrad :) (eine Teilnahme ohne Kind ist aber natürlich auch möglich), **Kürbis** (zwischen 0,5 und 1,5 kg, z.B. Hokkaido), **wetterfeste** Kleidung, **Isomatte**, **Tasse** für den Abschluss-Tee :)

Wir freuen uns auf Dich und Deinen Nachwuchs! Du hast noch Fragen? Melde Dich gerne jederzeit!

INFOS & ANMELDUNG

Joana Leidig, Sportwissenschaftlerin, Prä- und Postnataltrainerin,
info@mamaworkout-koenigsfeld.de
www.MamaWorkout-Koenigsfeld.de



MamaWorkout Outdoor in Königsfeld

Jeden Dienstag 9-10 Uhr

Treffpunkt: Kurpark Pavillion

6er oder 10er Karte buchen und flexibel nutzen, komm einfach vorbei :)