

Cursus Body & Baby



Wil je lekker actief zijn tijdens je zwan- gerschap?

Dan is deze cursus iets voor jou! Samen met maximaal 9 aanstaande moeders krijg je 1 uur training gericht op de juiste spiergroepen, om fit je bevalling in te gaan en om na de bevalling sneller te herstellen. Je wordt hierbij begeleid door een gespecialiseerd fysiotherapeut.

Starten kan tussen week 20 en 27 van je zwangerschap. Wil je na de 10 lessen nog langer doorgaan? Dit kan voor 10 euro per les.

Waar?

Stroomz Meerhoven
Meerwater 27
Eindhoven

Wanneer?

Tien keer op maandagavond
van 19.00 tot 20.00 uur

Kosten?

Voor 10x trainen betaal je 95 euro.