



Beckenbodentraining

WANN	Montags von 17:30 – 18:30 Start, 14.04., Einstieg jederzeit möglich
WO	Gravidarium, Ortenburger Straße 15a, 9800 Spittal/Drau
KOSTEN	102 € für 6 Einheiten
ANMELDUNG	Hebamme Marina Hammer +43 (0) 664 130 29 91 info@marina-hebamme.at

Einfache Übungen für Frauen vor oder nach einer Schwangerschaft oder alle, die gerne ihren Beckenboden stärken möchten. Bitte in bequemer Kleidung erscheinen, Matten sind vorhanden.