



**KURS SPECIAL**

---

## **INFOABEND**

26.03. · 19:30 UHR · 60 MIN · SEMINARRAUM

# **SCHWANGERSCHAFT & RÜCKBILDUNG**

---

Die Zeit während der Schwangerschaft und nach der Geburt ist eine besondere Phase mit außergewöhnlichen Freuden und physischen Herausforderungen. Wir laden dich ein, unsere Schwangerschafts- und Rückbildungskurse sowie das Trainingskonzept kennenzulernen; Erfahre, worauf es in den Kursen ankommt. Unsere erfahrenen Trainerinnen Jana und Bettina beantworten deine Fragen und geben dir einen Einblick in die Trainingsmethoden.

---

ANMELDUNG PER MAIL AN: [kurskoordination@kaifu-lodge.de](mailto:kurskoordination@kaifu-lodge.de)  
TEILNAHME KOSTENFREI