



Mama-Baby-Kurs:

# Postnatales Tanzen

MIT KIND VON 0-2 JAHREN



## Für die Mamas

ZEIT für **DICH** mit Deinem Kind

**GANZKÖRPERTRAINING** mit **SPAß!**

Neue **ENERGIE** tanken + **STRESS**  
abbauen

Orientalisch, afrikanisch,  
lateinamerikanisch + karibisch **TANZEN**

Mit **MUSIK**, die gute Laune macht

## Für die Kleinen

Spiele

Tänze

Lieder

Entspannungsübungen

**BINDUNGSORIENTIERT**

## Details

**WANN:** Montags 6 x 90min  
von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr,  
15.01.24 – 19.02.24

**Wo:** Familienzentrum Frankenberg

**KURSGEBÜHR:** 95€

**KONTAKT:** Isabell Wiest  
0171-3509449 / isabell.wiest@aol.de

*Ergänzt Rückbildung*