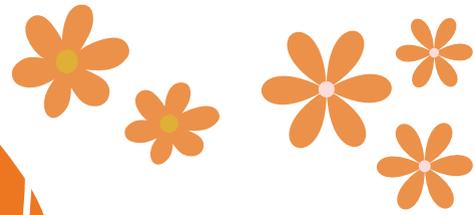


Fit für zwei

Dein Schwangerschafts-
sportkurs



Sport in der Schwangerschaft?! – Absolut!

*Weil du dich großartig fühlen und
bestens vorbereitet sein willst!*



Beschwerdefrei



Vorbeugung und Schutz



Leichtere Geburt



Für jedes Trimester



Expertinnenteam

Von deiner
Krankenkasse
bezahlt! *



Unser pränatales Training kombiniert gezielte Übungen zur Aktivierung des Beckenbodens, sanftem Muskelaufbau, Herz-Kreislauf-Förderung und Entspannungseinheiten.

Beschwerdefrei durch die Schwangerschaft

Das Training kann Beschwerden wie Übelkeit, Rückenschmerzen und Kreislaufprobleme lindern.

Vorbeugung und Schutz

Studien zeigen, dass Bewegung in der Schwangerschaft u.a. Bluthochdruck, Schwangerschaftsdiabetes und depressive Verstimmungen verhindern kann.

Leichtere Geburt

Regelmäßiges Training kann den Geburtsverlauf verkürzen und erleichtern.

Für jedes Trimester geeignet

Unser Kurs passt sich euren Bedürfnissen in jeder Phase der Schwangerschaft an und wird von unserem Expertenteam aus Physio- und Sporttherapeutinnen begleitet.

 0781/125550130

 info@rehazentrumoffenburg.de

 www.rehazentrumoffenburg.de

 Kronenplatz 1
77652 Offenburg

Wann: montags, 9 oder 18 Uhr
(genaue Daten auf der Webseite)

Dauer: 8 Termine à 60 min

Gebühr: Einmalig 139 €*
*Unser Kurs ist ein nach §20 SGB V zertifizierter Präventionskurs, der von den gesetzlichen Krankenkassen bis zu 100% erstattet wird - die meisten bezuschussen mindestens 75€, einige sogar mehr.