

KANGA TRAINING®

mit Pädagogin Jasmin Heinecke

Kangatraining ist genau auf Deine Bedürfnisse als Mama und die Deines Babys abgestimmt:

Du wirst sicher & effektiv rundum fit und Dein Baby kuschelt mit Dir und genießt es, Deine Nähe zu spüren.

Beim Kangatraining achten wir besonders darauf, Deinen Beckenboden zu schonen und zu stärken. Ein weiterer Fokus liegt auf der korrekten Körperhaltung im Alltag mit Deinem Baby und auf der Festigung Deiner tiefliegenden Bauchmuskulatur.



Dein bestes Workout in *Geborgenheit*

Nähere Infos & Anmeldung:
www.kangatraining.info

Jasmin Heinecke
Tel.: 0178 45 23 643
jasmin.h@kangatraining.de

KANGATRaining®

-  schont und stärkt Deinen Beckenboden
-  Du wirst sicher & effektiv rundum fit
-  ist ein vollständiges Workout
-  macht einfach Spaß!



Von
Hebammen,
Kinderärzten &
Trageschulen
empfohlen!



Kangatraining Tempelhof
und Umgebung,
Sport mit Baby

Ich freue mich darauf, Dich und
Dein Baby kennenzulernen!