

# **KANGATRaining Kursstart - für werdende Mütter**

**Mi 27.03.2019**

18:00

**Veranstalter:** [Eva Bruckböck](#)

Ort: 3580 Horn / Puechhaimgasse 21

## **PREKANGA**

Für werdende Mütter ab SSW 13

### **DEIN KUGELRUNDES WORKOUT**

PreKANGA® ist die moderne Art der Schwangerengymnastik. Es ist genau auf Deine Bedürfnisse als werdende Mama abgestimmt und macht Dich fit für die Geburt. Fitness in der Schwangerschaft ist ein wichtiger Bestandteil für Wohlbefinden während dieser besonderen Zeit und wichtig zur Vorbereitung auf die Entbindung. Beim PreKANGA® lernst Du Verspannungen zu lösen und Deinen Beckenboden auf Deine bevorstehende Entbindung vorzubereiten.

Anmeldelink: <https://bit.ly/2VMmoOS>



*Das kugelrunde Workout für  
die gesamte Schwangerschaft*

*KURSSTART*

*Am 27.03.2019 um 18 Uhr*