KANTON solothurn

Gesundheitsamt

Fit in der Schwangerschaft & sportlich unterwegs mit Kind



Kursangebote in Olten für Schwangere und Mamis



Bist du schwanger und möchtest fit bleiben?
Bist du frisch Mami geworden und möchtest dich mit dem Kind draussen sportlich betätigen? Dann melde dich jetzt an für folgende Kurse in Olten:

Schwangerschaftsfit PEBS
(ab der 15. Ssw)





jeweils Donnerstag, 18.15–19.15 Uhr
Kursleitung & Kontakt: Sabina Hänny
E-Mail: sabina.fl@hotmail.com
Tel.: 079 713 50 09







Buggyfit PEBS
(ab 6–8 Wochen nach der Geburt)

jeweils Dienstag, 09.15–10.15 Uhr
Kursleitung & Kontakt: Corinne Frey
E-Mail: corinne.frey@kinelogo.ch
Tel.: 078 610 02 13

Nordic Walking PEBS mit Baby im Tragetuch
(ab 6–8 Wochen nach der Geburt)





jeweils Freitag, 09.15–10.30 Uhr
Kursleitung & Kontakt: Caroline Gumbiller
E-Mail: caroline@pilateszentrale.ch
Tel.: 079 456 27 69

Alle drei Kurse werden vom Gesundheitsamt des Kantons Solothurn unterstützt und sind somit für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Weitere Informationen und Kontaktaufnahme findest du auf www.hebsorg.ch —› Suchbegriff «PEBS»

43983 3/26 900