



WORKOUT MIT BABY

NEUE KURSE

BABY-BARRE AB MONTAG 23. SEPTEMBER

BABY-YOGA AB MITTWOCH 25. SEPTEMBER

BABY-BARRE AB FREITAG 27. SEPTEMBER

Baby-Barre berücksichtigt den After-Baby-Body und bietet ein modernes und effektives Workout. Bereits in kürzester Zeit können sichtbare Ergebnisse erzielt werden.

Baby-Yoga legt den Fokus auf die Beweglichkeit, sowie auf Entspannung und Wahrnehmung des Körpers. Die Yoga-Flows in den Stunden revitalisieren dich bereits nach kurzer Zeit.

Das Training findet in kleinen Gruppen mit max. 8 Teilnehmern statt.

Eine Babytrage eignet sich für die Übungen an der Stange, ansonsten kannst du dein Baby auf eine Matte vor dir auf den Boden legen. Bitte bring eine Decke, ein Stillkissen oder einen Maxicosi mit.

Buchung und Rückfragen über
info@studio12-munich.com

STUDIO.12

POSSARTSTRASSE 12 . 81679 MÜNCHEN

+49 89.47 07 87 54 . INFO@STUDIO12-MUNICH.COM

STUDIO12-MUNICH.COM



ÜBER DIE KURSE

Baby-Barre:

5mal montags
23. September
bis 21. Oktober

10.45 bis 11.45 Uhr

Baby-Yoga:

5mal mittwochs
25. September
bis 23. Oktober

11.00 bis 12.00 Uhr

Baby-Barre:

5mal freitags
27. September
bis 25. Oktober

10.45 bis 11.45 Uhr

Der Unterricht ist für Babys
bis maximal 12 Monate geeignet
und findet mit Heidi in Englisch statt

Nur buchbar als 5-er Package für 140€

STUDIO.12

POSSARTSTRASSE 12 . 81679 MÜNCHEN

+49 89.47 07 87 54 . INFO@STUDIO12-MUNICH.COM

STUDIO12-MUNICH.COM