

Kinderwagen-Fitness

Mit Kind kommt man nicht mehr so richtig zu Sport, doch spazieren gehen alleine reicht leider nicht, um wieder richtig fit zu werden... Aus dieser Idee entstand der Kurs Kinderwagenfitness, den es mittlerweile seit fast drei Jahren bei der MBB-SG Manching gibt. Also: Kind einpacken und los geht's!

Der neue Herbst-Winter-Kurs startet am 14. Oktober.



- immer donnerstags von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr
- Treffpunkt: Kiosk am Niederstimmer Weiher
- Kurstermine: 14.10., 21.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 13.01., 20.01.
(Ersatztermine: 27.01., 03.02. (*))
- Kosten: 80 €;
für Mitglieder der MBB-SG Manching (Elternteil und Kind) kostenlos

Neben Ausdauer und Kraftübungen stehen auch verschiedene Übungen für die Beweglichkeit und die Koordination auf dem Programm. Die Übungen werden mit und ohne Kinderwagen durchgeführt – auf jeden Fall aber mit viel Spaß und an der frischen Luft.

Weitere Informationen und Anmeldung bei Übungsleiterin Katharina Heimrath unter 08459/5930260 oder unter heimrath@mbb-sg-manching.de.

(*) Der Kurs findet unter den jeweils aktuell gültigen Corona-Regeln statt.

Aktuell ist Sport im Freien mit Einhaltung der Abstandsregeln ohne 3G-Regel möglich.