



WASSERGYMNASTIK FÜR SCHWANGERE

Einmal wöchentlich findet im Rebstockbad eine Wassergymnastik für Schwangere statt!

Samstag 14:00 – 14:45 Uhr

Die Teilnahme ist jederzeit ohne Voranmeldung möglich. Es wird lediglich ein Aufpreis von 3,00 € zusätzlich zum Eintrittspreis erhoben.

Wassergymnastik dient als Ergänzung des Geburtsvorbereitungskurses, als Konditionstraining oder einfach zur Erleichterung von schwangerschaftsbedingten körperlichen Veränderungen und zur Linderung von Rücken- und Gelenkschmerzen. Es ist ein Ganzkörpertraining, das fit hält. Durch den Auftrieb des Wassers und die gewisse Schwerelosigkeit werden gymnastische Übungen als sehr angenehm empfunden.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Weitere Infos erhalten Sie an der Kasse des Bades oder unter
0 69 / 27 10 89 11 00 und 0 69 / 27 10 89 11 07

www.bbf-frankfurt.de; info@bbf-frankfurt.de