

Schwangere aufgepasst: Kostenlose Kurse für Bewegung und Ernährung!

Im November und Dezember bietet das AELF Kaufbeuren kostenfreie Bewegungs- und Ernährungskurse für Schwangere an.

Am Hofanger 15a, 87600 Kaufbeuren, Deutschland -

Schwangere aufgepasst! Ein aufregendes Angebot erwartet werdende Mütter in Kaufbeuren! Das Netzwerk „Junge Eltern/Familien“ am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) hat für November und Dezember zwei fesselnde Kurse ins Leben gerufen, die sich mit Bewegung und Ernährung während der Schwangerschaft beschäftigen. Diese kostenlosen Veranstaltungen sind eine einmalige Gelegenheit, wertvolle Informationen und praktische Tipps zu erhalten!

Am Dienstag, den 26. November 2024, von 19:00 bis 20:30 Uhr, wird Sportwissenschaftlerin Lina Meese im Donum Vitae, Am Hofanger 15a, 87600 Kaufbeuren, einen interaktiven Vortrag halten, der schwangeren Frauen zeigt, wie sie mehr Bewegung in ihren Alltag integrieren können. Hier gibt es nicht nur Theorie, sondern auch praktische Übungen für ein aktives und gesundes Schwangerschaftserlebnis! Die Teilnahme ist kostenlos, aber die Anmeldung muss bis zum 20. November 2024 erfolgen, also schnell zuschlagen!

Ernährungstipps für die Schwangerschaft

Details	
Ort	Am Hofanger 15a, 87600 Kaufbeuren, Deutschland

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at