



MAMMATRENING

Kom i gang etter fødselen!

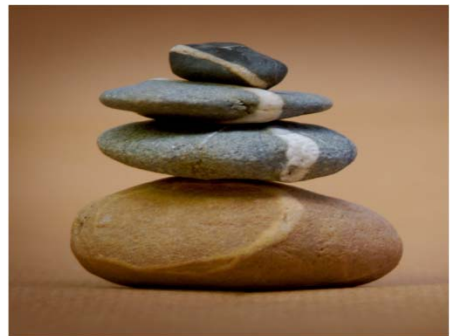
Ta med deg din lille sønn eller datter, og kom til mammatrening! Passer for alle; de som nylig har født, eller de som har en litt eldre baby – også for deg med bekkenplager. Treningen foregår i små grupper, og det er alltid mulighet for individuell tilpassing.

Det blir lagt vekt på trening for mage, bekken og rygg, men det vil også være øvelser for resten av kroppen. Trening gir velvære for mor og barn!

Treningen foregår i hyggelige, intime lokaler på Brygga Klinikken i Fredrikstad sentrum, og treningsveileder er kiropraktor Vibeke Larsen.

For spørsmål, mer informasjon eller påmelding, kontakt Vibeke på tlf: **48179485**

Brygga Klinikken, Tordenskioldsgate 12
1606 Fredrikstad
www.bryggaklinikken.no



Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85

Mammatrening tlf: 48 17 94 85