



# Mutter-Kind-Angebot

## Familienzentrum Schaluppenweg

### „Mama wird fit“

Endlich mehr Bewegung, Entspannung und Austausch in einer netten Gruppe für Frauen, die Babys oder Kleinkinder haben. Eure kleinen Kinder könnt ihr bei Bedarf auch gern mitbringen.

Wir machen leichte Turn- und Entspannungsübungen und Elemente aus der Rückbildungsgymnastik.

**Ab dem 24.04.2025 jeden Donnerstag von 10:00 bis 11:00 Uhr,  
im Familienzentrum Schaluppenweg 15, 23558 Lübeck.**

**Kursleitung: Damaris Köpke Familienhebamme**  
*Frühe Hilfen -Beratungsstelle Moisling*

**Anmeldung unter** [familienzentrum-schaluppenweg@luebeck.de](mailto:familienzentrum-schaluppenweg@luebeck.de)

Hansestadt Lübeck  
Familienzentrum Schaluppenweg  
Schaluppenweg 15  
23558 Lübeck  
(0451) 122 89460  
[familienzentrum-schaluppenweg@luebeck.de](mailto:familienzentrum-schaluppenweg@luebeck.de)  
[www.luebeck.de](http://www.luebeck.de)

