

## Freitagvormittag in Mindelheim

### Rückbildung (auch für Mütter mit Kindern im Kindergartenalter)

Der Kurs wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Datum	Anzahl	Uhrzeit	Ort	Kursleitung	Kosten	Kursnummer
<b>2026</b>						
18.09.26-27.11.26	10 x	09:30 – 10:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-18.09.26-09:30
2027						
22.01.27-16.04.27	10 x	09:30 – 10:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-22.1.27-09:30
23.04.27-09.07.27	10 x	09:30 – 10:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-09.07.27-09:30
17.09.27-26.11.27	10 x	09:30 – 10:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-17.09.27-09:30

### Beckenboden (für Männer und Frauen)

Der Kurs wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Datum	Anzahl	Uhrzeit	Ort	Kursleitung	Kosten	Kursnummer
<b>2026</b>						
18.09.26-27.11.26	10x	10:30-11:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-18.09.26-10:30
2027						
22.01.27-16.04.27	10x	10:30-11:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-22.01.27 10:30
23.04.27-09.07.27	10x	10:30-11:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-23.04.27-10:30
17.09.27-26.11.27	10x	10:30-11:30	Mindelheim Pfarrstr. 14	Bettina Weber	120,00 €	Fr-MN-17.09.27-10:30

[www.beckenboden-aktiv-fit.de](http://www.beckenboden-aktiv-fit.de)

Die Kurse finden fortlaufend statt außer in den Schulferien

