



BAUCHwerk

Kursstartübersicht 2026

RÜCKBILDUNGSKURSE mit Kind:

Di 9 Uhr	10.03.2026	16.06.2026	22.09.2026	15.12.2026
Mi 10:45	21.01.2026	15.04.2026	08.07.2026	14.10.2026
Mi 12 Uhr	21.01.2026	15.04.2026	08.07.2026	14.10.2026
Fr 9 Uhr	06.03.2026	19.06.2026	02.10.2026	Jan 2027

RÜCKBILDUNGSKURSE ohne Kind

Mi 18:45 Uhr	21.01.2026	15.04.2026	08.07.2026	14.10.2026
--------------	------------	------------	------------	------------

MAMAWORKOUT Ganzkörperkräftigung (Level 2) mit Kind

Di 10:10 Uhr	10.03.2026	16.06.2026	22.09.2026	15.12.2026
--------------	------------	------------	------------	------------

MAMAWORKOUT Ganzkörperkräftigung (Level 2) ohne Kind

Mi 20 Uhr	21.01.2026	15.04.2026	08.07.2026	14.10.2026
-----------	------------	------------	------------	------------

MAMAWORKOUT Ganzkörperkräftigung (Level 3) ohne Kind

Mo 17 Uhr	02.02.2026	04.05.2026	24.08.2026	16.11.2026
-----------	------------	------------	------------	------------

MAMAWORKOUT mit Babybauch (Schwanger)

ganzjährig immer Mi 17:30 Uhr und Fr 10:10 Uhr