

FTO

FYSIOTERAPEUTISK
TRÆNING
ODENSE



Efterfødselstræning

Tag din baby med og få trænet!

Mette glæder sig til at byde dig velkommen på Efterfødselstræning. Babyen tager du naturligvis med til træningen og kan ligge i barnevognen, lige hvor vi træner.

På Efterfødselstræning vægter vi også det sociale højt. Selvom vi har fuld fokus på bækkenbunden og mavemuskulaturen, har vi også tid til grin og snak.

Vi fokuserer på netop dine udfordringer, hvad enten det er at udføre det korrekte knib eller den mere personlige instruktion og vejledning.

Læs mere og book en gratis prøvetime på FTO.DK