

"Backstreet Boys" bringen Mütter und Babys in Bewegung

Herbern – Grease und die Backstreet Boys wummern aus den Boxen, die Babys schlummern teilweise entspannt in den Tragetüchern auf dem Rücken oder vor dem Bauch der Mütter und die tun gleichzeitig auch noch etwas für sich selbst. Genauso lief nun der "Mawiba"-Kurs für vier Mütter unter Anleitung von Vanessa Maiworm in der Kita St. Hildegardis Herbern an.

60 Minuten lang konnten die Mütter entspannen und etwas für selbst tun, während die Kinder, alle im Alter von sieben Wochen bis acht Monaten, ebenfalls entspannt mit dabei waren. "Mit den Übungen stärken wir dazu auch noch den Beckenboden und tanzen muss auch nicht jeder können", betont Maiworm, dass die Tanzschritte Stück für Stück erklärt werden. Bei der ersten Einheit hatten die Mütter viel Spaß.

Der Kursus findet immer donnerstags von 15.30 bis 16.30 Uhr im Turnraum der Kita St. Hildegardis statt, am kommenden Donnerstag (17. Mai) findet der zweite Termin statt, danach folgen noch vier weitere Wochen/Termine.

