

## MAMALATES

---

Mamalates is een combinatie van Pilates, Yoga en een beetje dans. Het is ideaal tijdens je zwangerschap, maar zeker ook na de bevalling.

Wist je dat zwangerschap en sporten een heel fijne combinatie zijn?

Onderzoek wijst namelijk uit dat mama's die blijven sporten tijdens de zwangerschap, vlotter bevallen!

Kom gerust een kijkje nemen, met of zonder baby!



---

**Wanneer?**

Maandag 03/10, 13-15u

---

**Waar?**

Huis van het Kind GLM  
Brigandshof 3  
2440 Geel

---

[Schrijf je hier in!](#)