

# ELTERN-/KINDER-KURSE AB 08. JANUAR 2024



**MONTAG**

**15.30 BIS 16.30 UHR  
RHYTHMUSZWERGE  
AB 1.5 JAHRE**

**DIENSTAG**

**9.15 BIS 10.15 UHR  
ELTERN-KIND-KURS  
„SPIELGRUPPE“  
AB 10 MONATE**

**DONNERSTAG**

**9.15 BIS 10.15 UHR  
ELTERN-FIT-KURS + KIND  
NACH DER RÜCKBILDUNG**

**KURSRAUM ANDERTEN  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT  
(PARALLEL TRAINING FÜR  
ERWACHSENE MÖGLICH)**

**KURSRAUM ANDERTEN  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT**

**KURSRAUM MISBURG  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT**

**MONTAG**

**16.30 BIS 17.30 UHR  
KOORDINATIONSZWERGE  
AB 2.5 JAHRE**

**DIENSTAG**

**10.30 BIS 11.30 UHR  
ELTERN-FIT-KURS + KIND  
NACH DER RÜCKBILDUNG**

**DONNERSTAG**

**10.45 BIS 12.00 UHR  
ELTERN-KIND-KURS  
„BEWEGUNG & SPIEL“**

**KURSRAUM ANDERTEN  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT  
(PARALLEL TRAINING FÜR  
ERWACHSENE MÖGLICH)**

**KURSRAUM ANDERTEN  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT**

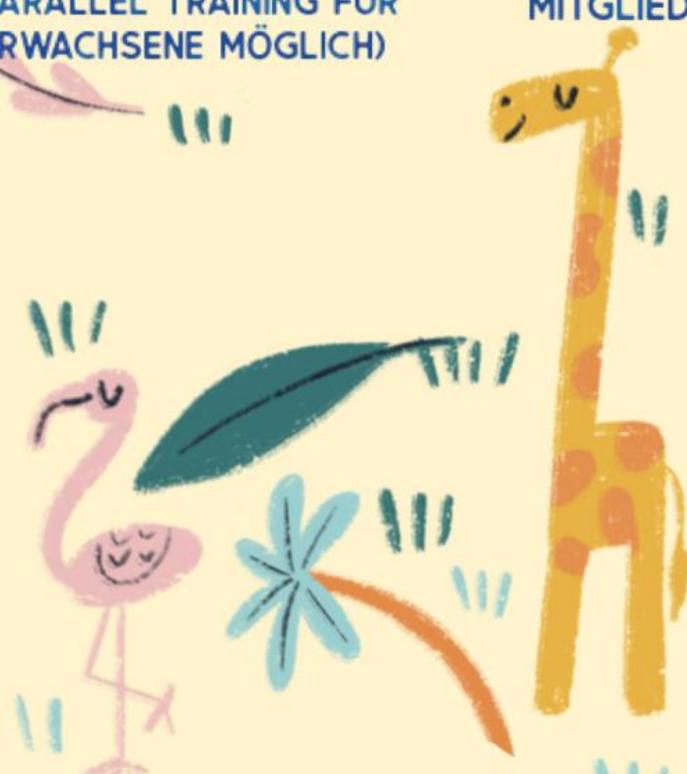
**KURSRAUM ANDERTEN  
10 KURSEINHEITEN 129,-€  
50% RABATT BEI AKTIVER  
ALL IN- ODER KURS-  
MITGLIEDSCHAFT**

Gollstr. 21 in 30559 Hannover



**bleib fit**

TEL.: 0172/6865552



# KURSBESCHREIBUNGEN KINDER-KURSE



## RHYTHMUSZWERGE AB 1,5 BIS EINSCHL. 4 JAHRE

EIN KURS FÜR KINDER, DIE LUST AUF MUSIK UND BEWEGUNG HABEN. GEMEINSAM WOLLEN WIR EINTAUCHEN IN DIE WELT DER TÖNE & RHYTHMEN ANHAND VON BEWEGUNGSGESCHICHTEN & KINDERTÄNZEN.

WIR KLATSCHEN, STAMPFEN, SINGEN, TANZEN UND NUTZEN HILFSMITTEL ZUR KLANG- & GERÄUSCHERZEUGUNG.

NEBEN DER FÖRDERUNG VON FANTASIE & KÖRPERGEFÜHL, TRAINIEREN WIR SPIELERISCH KOORDINATION & GLEICHGEWICHT SOWIE DIE MOTORISCHEN GRUNDBEWEGUNGSMUSTER.

MIT ODER AUCH OHNE  
BEGLEITPERSON

## KOORDINATIONSZWERGE AB 2,5 BIS EINSCHL. 4 JAHRE

IM VORDERGRUND STEHEN IN DIESEM KURS KOORDINATIONS-ÜBUNGEN FÜR DEN GANZEN KÖRPER. GEMEINSAM & MIT SPAß WOLLEN WIR MIT BEWEGUNGSÜBUNGEN & MINI-AUFGABEN DIE KOORDINATIVEN FÄHIGKEITEN TRAINIEREN.

WIR SCHNEIDEN, HÜPFEN, MALEN, FÄDELN, KNETEN UND TOBEN MIT TÜCHERN. AUCH SING- UND TANZSPIELE GEHÖREN DAZU.

DIE KINDER TRAINIEREN BEI DEN KOORDINATIONSZWERGEN SPIELERISCH AUGE-HAND/FUß-KOORDINATION, FEINMOTORIK SOWIE DEN GLEICHGEWICHTSSINN.

MIT ODER AUCH OHNE  
BEGLEITPERSON

## DIE KURSLEITUNG

JOHANNA KÖNIG (GEB. 1982), 3  
KINDER (3, 9 UND 11 JAHRE)

AUS- & FORTBILDUNGEN:

BEWEGUNGSTRAINERIN  
FITNESSKOORDINATORIN  
FITNESSPÄDAGOGIN  
FACHKRAFT FÜR SICHERE  
SPIELPLÄTZE

AUSBILDUNG ZUR  
QUALIFIZIERTEN ELTERN-KIND-  
KURSLEITUNG  
FORTBILDUNG INFANT-HANDLING

„WAS ICH EUCH BIETE, IST EIN KURS, DEN ICH AUCH GERNE MIT MEINEM KIND BESUCHEN WÜRDIG - EINEN FACHLICH HOCHWERTIGEN UND ZUGLEICH VERSTÄNDNISVOLLEN KURS MIT EINER OFFENHERZIGEN LEITUNG!“



# KURSBESCHREIBUNGEN ELTERN-KIND-KURSE



„BEWEGUNG & SPIEL“  
AB 6 WOCHEN  
BIS 9 MONATE

ELTERN-KIND-KURSE  
UNTERSTÜTZEN ELTERN DARIN,  
DIE KLEINEN & GROßEN  
ENTWICKLUNGSSCHRITTE  
IHRES KINDES ZU VERSTEHEN  
& EINFÜHLSAM ZU BEGLEITEN.

KINDERN WIRD DIE  
MÖGLICHKEIT GEGEBEN,  
ALTERSGERECHTE SPIEL- &  
BEWEGUNGSMATERIALIEN, DIE  
IHRER ENTWICKLUNGSPHASE  
ENTSPRECHEN, SELBST ZU  
ERKUNDEN UND  
AUSZUPROBIEREN.

GEMEINSAMES SINGEN &  
SPIELEN RUNDEN DAS  
KURSANGEBOT AB. ELTERN  
KÖNNEN ERFAHRUNGEN  
AUSTAUSCHEN & KONTAKTE  
KNÜPFEN.

„SPIELGRUPPE“  
AB 10 MONATE  
BIS 3 JAHRE

SPIELEN, SINGEN, BASTELN,  
FESTE FEIERN, SPAß HABEN &  
AUF DIE KRIPPE/DEN  
KINDERGARTEN VORBEREITEN.

GEMEINSAM MIT EINER  
VERTRAUTEN PERSON -  
VATER, MUTTER ODER BEIDEN  
ELTERNTEILEN - BEKOMMEN  
DIE KINDER GELEGENHEIT,  
SICH & IHRE WELT GANZ NEU  
ZU ERKUNDEN.

MIT ALLEN SINNEN SIND SIE IN  
AKTION, ERLEBEN KLÄNGE  
UND PROBIEREN RHYTHMEN  
AUS, BENUTZEN IHRE  
FANTASIE, IHRE KREATIVITÄT &  
LERNEN IHRE SPRACHE ZU  
ENTFALTEN.

DEN JAHRESZEITEN  
ENTSPRECHEND WERDEN DIE  
JEWEILIGEN FESTE  
GEMEINSAM GEFEIERT.

ELTERN-FIT-KURS+KIND  
NACH DER RÜCKBILDUNG

IN DIESEM KURS TRAINIEREN  
WIR GEMEINSAM DIE GESAMTE  
MUSKULATUR UND DIE  
AUSDAUER, UM FITTE ELTERN  
ZU BLEIBEN.

INSBESONDERE DIE RÜCKEN-,  
BAUCH-, NACKEN- UND  
SCHULTERMUSKULATUR WIRD  
GEKRÄFTIGT, UM EINER  
FEHLHALTUNG DURCH Z.B. DAS  
TRAGEN, STILLEN, WIEGEN  
VORZUBEUGEN.

DIE BABYS/KLEINKINDER  
BESCHÄFTIGEN SICH PARALLEL  
MIT EIGENS MITGEBRACHTEM  
SPIELZEUG ODER SPIELEN  
MITEINANDER.





WINTERSTAFFEL  
RHYTHMUSZWERGE  
KOORDINATIONSZWERGE

MO, 08.01.2024

MO, 15.01.2024

MO, 22.01.2024

MO, 29.01.2024

MO, 05.02.2024

MO, 12.02.2024

MO, 19.02.2024

MO, 26.02.2024

MO, 04.03.2024

MO, 11.03.2024



WINTERSTAFFEL  
BEWEGUNG & SPIEL  
ELTERN-FIT

DO, 11.01.2024

DO, 18.01.2024

DO, 25.01.2024

DO, 08.02.2024

DO, 15.02.2024

DO, 22.02.2024

DO, 29.02.2024

DO, 07.03.2024

DO, 14.03.2024

DO, 21.03.2024



WINTERSTAFFEL  
SPIELGRUPPE  
ELTERN-FIT

Di, 09.01.2024

Di, 16.01.2024

Di, 23.01.2024

Di, 30.01.2024

Di, 06.02.2024

Di, 13.02.2024

Di, 20.02.2024

Di, 27.02.2024

Di, 05.03.2024

Di, 12.03.2024