

Sensomotorische Bewegungsförderung für Grundschul Kinder (Krankenkassen zertifiziert)

Vorteile einer Bewegungsförderung im Kindesalter:

- positiver Einfluss auf organische Kapazitäten (Herz-Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel)
- begünstigt Wachstum, körperliche Reife und motorische Entwicklung
- fördert psychische Gesundheit und gesundheitsbezogene Lebensqualität
- vermindert physiol. und verhaltensbezog. Risikofaktoren (Übergewicht, Bluthochdruck)
- stärkt personale Ressourcen (Selbstwertgefühl etc.)
- fördert soziale Integration und Unterstützung
- wirkt positiv bei Stressfaktoren

Start: März 2024

Kurs: - 8x donnerstags nach der Schule in der Turnhalle
- 100 Euro (Präventionskurs → ca. 80% der Kosten durch die gesetzlichen Krankenkassen erstattet)
- begrenzte Personenanzahl

Kontakt für Anfrage/ Details/ Anmeldung:

Juliane Elstner

B.A. Sport- und angewandte Trainingswissenschaften/ Bewegungspädagogin für Kinder

Tel. 0162/7555330

Email: juliane.elstner@fitdankbaby.de

Bitte in der Mail/ WhatsApp den Namen und Geburtsdatum des Kindes dazu schreiben, sodass eine leichtere Zuordnung möglich ist. Vielen Dank!