

Für: Kids/ junge Teens (ab 7 - 13 Jahre)

Wann: **Donnerstag 17:00 - 18:00 h**

Wo: Turnhalle der Heinrich-Heine-Grundschule,
Heerdter Landstraße 186, 40549 Düsseldorf

Übungsleiter: Katja Voigt

Was: **FUNCTIONAL TRAINING - Zirkeltraining speziell für Kinder**

Ein speziell auf Kinder ausgerichtetes Zirkeltraining, das in erster Linie Spaß machen soll, einfach und aktionsreich ist.

Zu aktuellen Top-Hits wollen wir spielerisch Bewegungsabläufe lernen und sie schnell und einfach nachmachen. Dein Kind entwickelt wichtige motorische Fähigkeiten und verlässt die Trainingsstunde mit dem Gefühl, etwas erreicht zu haben.

Neben Spaß und Spiel sollen soziale Kontakte gefördert werden.

Mit Freunden zusammen macht alles mehr Spaß. Das Training in einer Gruppe gibt den Kids Power und Selbstvertrauen und motiviert sie, in jeder Stunde ein Stück mehr aus sich herauszuholen.

Was muss mitgebracht werden?

- Gute Laune
- Schnutenpulli (Gesichtsmaske) zum Betreten und Verlassen der Halle (nicht beim Training in der Halle)
- Kleines Handtuch
- Wasser Trinkflasche

Wichtig:

Für die Teilnahme an den Kursen ist eine **separate Anmeldung erforderlich**.

Mindestteilnehmerzahl, damit der Kurs stattfindet: 5 Personen

Anmeldung und Rückfragen bitte an: vorsitzender2@htv1896.de