

24.11.2013



**CLUBA. unterstützt ZUMBA-CHARITY.
SCHWANGEREN-GYMNASTIK.
SPIEL-RAUM.**

CLUBA. unterstützt ZUMBA-CHARITY.

Unsere Trainerinnen - Martina, Alexandra, Simone und Bettina - organisieren, ganz privat und persönlich, ein **Zumba-Charity-Event** zu Gunsten der Schmetterlings-Kinder. Diese Charity findet am **Samstag, 07.12.2013**, in der Felmayer-Scheune (*Neukettenhofer Straße 2-8, 2320 Schwechat*) statt.

Getanzt wird **von 17.00 - 18.30 Uhr**. (Einlass ab 16.00 Uhr). Anschließend gibt es für alle TeilnehmerInnen Punsch gegen freie Spende.

Die Teilnahme kostet € 15,-.

(Garderoben und Duschen können beim CLUBA.-Gymnastik-Saal benutzt werden.)

Alle Einnahmen gehen zur Gänze an die DEBRA-Stiftung zu Gunsten der Schmetterlingskinder.

SCHWANGEREN-GYMNASTIK.

Beim CLUBA. muss man niemals Pause machen. Auch während der Schwangerschaft kann man bei uns fit und aktiv bleiben!

Unsere Physiotherapeutin **Theres WESS** bereitet mit den schwangeren Frauen Körper und Seele auf die Geburt und danach vor. Viele verschiedene sanfte Übungen in entspannter Atmosphäre unterstützen in dieser besonderen Zeit. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Kurszeit: **Montag, 16.45 - 17.45 Uhr, Phönix-Saal.**

Bitte unbedingt um Voranmeldung unter 0676-88780355.

P.S.: Auch wenn es dich selbst jetzt nicht betrifft, so wäre es nett, wenn du allen Schwangeren in deinem Bekanntenkreis davon erzählst!

SPIEL-RAUM.

Der Beginn des Lebens ist eine ganz spezielle Zeit für ein Kind und deren Begleitpersonen. Im **SPIEL-RAUM** wird ein Umfeld geschaffen, das ganz auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt ist. Achtsam und respektvoll können im **SPIEL-RAUM** Entwicklungsschritte der Kinder beobachtet und benannt werden. In den Eltern-Runden am Abend werden persönliche Fragen beantwortet bzw. besprochen. **Der nächste Kurs beginnt im Februar 2014.**

Für Kinder **ab 7 Monaten.**

Anmeldungen jederzeit unter 0676-88780357 bei **Marion Diatel.**