

„96-KiCK-Fitness-Kurse“

Übergewicht ist gefährlich und birgt ein hohes gesundheitliches Risiko! Dieser Kurs ist für Kinder, die mit ihrem Gewicht zu kämpfen haben. Den Kids zwischen 8 und 17 Jahren wird ein spezielles Bewegungsangebot mit verschiedenen Blockthemen geboten. Von Kraft- und Ausdauertraining über Körperwahrnehmung, Ballsport bis zu interaktiven Coachingstunden zum Thema Ernährung ist alles dabei. Langeweile ausgeschlossen!



Gerade Jugendliche, die schon ein- oder mehrfach erfolglos versucht haben ihr Gewicht zu reduzieren, können hierbei erfolgreich unterstützt werden. Mentalstrategien und eine intensive Trainingsbegleitung machen das möglich. Das Sportkursangebot findet in Kooperation mit dem Kinder- und Jugendkrankenhaus „Auf der Bult“ statt.

Ich bin 96.

EHRENSACHE

Hannoverscher Sportverein von 1896 e.V.

UNSERE VERANSTALTUNGSORTE

Kämmer Int. School
Lathusenstr. 11
30625 Hannover

MONTAGS: 18:00-19:00 Uhr

Bertha-von-Suttner-Schule
Altenbekenerdamm 20
30173 Hannover

DIENSTAGS: 16:30-18:00 Uhr (obere Halle)
MITTWOCHS: 16:30-18:00 Uhr (untere Halle)

Halleneingang über Wißmannstraße

WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG UNTER:

Hannoverscher Sportverein von 1896 e.V.
Robert-Enke-Straße 1
30169 Hannover

Mobil: 0151.19560660
birgit.jonak@hannover96.de
www.fitundkids.hannover96.de

Ich bin 96.

EHRENSACHE