

Beginn: Freitag, 10.10.2014
Anmeldungen unter 04152-1361568
oder info@aquasportev.de

Unser neues Angebot im OberstadtTreff in Geesthacht:



Pampers Aktiv für Kinder von 1 - 3 Jahren

**immer Freitags von 10.00 - 11.00 Uhr
im OberstadtTreff im Dialogweg 1 in Geesthacht**

Spaß an der Bewegung steht auch hier im Vordergrund. Gemeinsam mit Mama oder/und Papa wollen wir Lieder singen, turnen, laufen und toben. Wir wollen gezielt die Fein- und auch Grobmotorik trainieren und uns in der Gruppe mit Spielen nicht nur austoben sondern auch die sozialen Fähigkeiten entwickeln..

Wir laden alle kleinen Mäuse mit Ihrer Mama, ihrem Papa oder ihren Großeltern zu uns in den OberstadtTreff ein. Im Café Dialog können Wartezeiten gemütlich bei Kaffee, Brötchen, Kuchen und anderen Snacks überbrückt werden

Die erste Stunde ist immer eine Schnupperstunde und kostenlos - aber sicher nicht umsonst !

Anschließend erfolgt die Abrechnung über eine 10er-Karte für 79 Euro, die auch für alle anderen Kurse und Gruppen der Altersgruppe von Aquasport Geesthacht und dem Kooperationspartner Schwimmschule SIRATA genutzt werden kann.

Bitte informieren Sie sich über das vielfältige Kursprogramm unter www.aquasportev.de oder unter www.sirata.de

Beginn: Donnerstag, 18.09.2014

Anmeldungen unter 04152-1361568

oder info@aquasportev.de

Unser neues Angebot im OberstadtTreff in Geesthacht:



ELBFRÖSCHE für Kinder von 1 - 3 Jahren

unsere motopädagogische Vormittags-Sport-Betreuung

**immer Donnerstags von 09.00 - 12.00 Uhr
im OberstadtTreff im Dialogweg 1 in Geesthacht**

Wir wollen hier mit allen Kindern in einer offenen Vormittagsgruppe im OberstadtTreff spielen, laufen, balancieren, kugeln und einfach ganz viel Spaß haben.

Wir probieren viele Materialien und Sportgeräte aus und toben uns so richtig aus. Singspiele, Kreisspiele und Gruppenspiele fördern die sportliche und geistige Entwicklung der Kinder. Aber auch die Entspannung kommt hier nicht zu kurz.

Wir laden alle kleinen und großen Kinder, die gerne Elbfrösche sein möchten, zu uns in den OberstadtTreff ein.

Gleichzeitig hat die Mama oder der Papa auch mal Zeit für sich und kann zum Beispiel andere Termine wahrnehmen oder gemütlich im Cafe Dialog bei Kaffee, Brötchen, Kuchen und anderen Snacks frühstücken während die Kinder sich spielend unter sportfachlicher Aufsicht beschäftigen.

Die erste Stunde ist immer eine Schnupperstunde und kostenlos - aber sicher nicht umsonst !

Anschließend erfolgt die Abrechnung über eine 10er-Karte für 79 Euro, die auch für alle anderen Kurse und Gruppen der Altersgruppe von Aquasport Geesthacht und dem Kooperationspartner Schwimmschule SIRATA genutzt werden kann.

Bitte informieren Sie sich über das vielfältige Kursprogramm unter www.aquasportev.de oder unter www.sirata.de

Beginn: Montag 06.10.2014

Anmeldungen unter 04152-1361568
oder info@aquasportev.de

Unser neues Angebot im OberstadtTreff in Geesthacht:



Babys aktiv in Bewegung

DAS Programm des DOSB zur Frühförderung von Babys

**immer Montags von 10.45 - 11.45 Uhr
im OberstadtTreff im Dialogweg 1 in Geesthacht**



Dieses durch den Deutschen Olympischen Sportbund gestartete Programm ist bestens zur **Frühförderung der Babys** geeignet. Babys erobern über die Bewegung die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv und neugierig. Jede Bewegung fördert nicht nur die motorische Entwicklung Ihres Kindes sondern ebenso die **Entwicklung des zentralen Nervensystems**. Im Kurs werden auf spielerische Weise verschiedenste Bewegungen angeleitet und Sinnesschulungen trainiert. Lustige Lieder, Fingerspiele und entspannende Massagen sind fester Bestandteil jeder Kursstunde. Spaß und Freude am gemeinsamen Erleben und Bewegen stehen dabei im Vordergrund.

Wir laden alle Mamas oder / und Papas ein, mit ihren Kindern an unserem Frühförderprogramm Bewegung für Babys im OberstadtTreff teilzunehmen. Die erste Stunde ist immer eine Schnupperstunde und kostenlos - aber sicher nicht umsonst ! Anschließend erfolgt die Abrechnung über eine 10er-Karte für 79 Euro, die auch für alle anderen Kurse und Gruppen der Altersgruppe von Aquasport Geesthacht und dem Kooperationspartner Schwimmschule SIRATA genutzt werden kann.

Im Café Dialog im OberstadtTreff können Wartezeiten gemütlich bei Kaffee, Brötchen, Kuchen und anderen Snacks überbrückt werden

Bitte informieren Sie sich über das vielfältige Kursprogramm unter www.aquasportev.de oder unter www.sirata.de

Beginn: Mittwoch, 24.09.2014

Anmeldungen unter 04152-1361568
oder info@aquasportev.de

Unser neues Angebot im OberstadtTreff in Geesthacht:



CARDIOFit "MamBa" – Mama Fit – Baby mit

**immer Mittwochs von 10.45 - 11.45 Uhr
im OberstadtTreff im Dialogweg 1 in Geesthacht**

Dieses durch den Deutschen Olympischen Sportbund freigegebene Cardio-Training macht frischgebackene Mamas wieder fit. Die Kinder sind mit dabei und werden in die Kursstunde eingebunden. Sport treiben und sich nicht um die Kinderbetreuung kümmern zu müssen, bedeutet auch keine Ausreden mehr zu haben um wieder fit zu werden ...

Während die Mamas sich mit Ausdauer- und Kräftigungsübungen sowie mit Entspannung in Form bringen, können die Kleinen zuschauen und spielen. Gern werden die Babys auch mal in die Übungen integriert.

Und sollte das Kuschelbedürfnis doch einmal zu groß werden oder der große Hunger einsetzen, so ist die Mama ja nicht weit...

Dieser Kurs ist beim DOSB zertifiziert und zur Erstattung durch die Krankenkassen gemäß §520 SGBV vorgesehen !

Wir laden alle Mamas ein, mit ihren Kindern an unserem Aktivprogramm im OberstadtTreff teilzunehmen. Die erste Stunde ist immer eine Schnupperstunde und kostenlos - aber sicher nicht umsonst ! Anschließend erfolgt die Abrechnung über eine 10er-Karte für 79 Euro, die auch für alle anderen Kurse und Gruppen der Altersgruppe bis 4 Jahren und alle Kurse für Erwachsene "an Land" von Aquasport Geesthacht und dem Kooperationspartner Schwimmschule SIRATA genutzt werden kann.

Im Café Dialog im OberstadtTreff können Wartezeiten gemütlich bei Kaffee, Brötchen, Kuchen und anderen Snacks überbrückt werden

Bitte informieren Sie sich über das vielfältige Kursprogramm unter www.aquasportev.de oder unter www.sirata.de