



96-KiCK-Fitness

Übergewichtige Kinder aktiv

Übergewicht birgt ein hohes gesundheitliches Risiko für schwere Folgekrankheiten.

Das KiCK-Fitness-Angebot richtet sich an Kinder und Jugendlichen im Alter von 8 bis 17 Jahren, die ihr Gewicht reduzieren möchten. Ihnen wird ein spezielles präventives Bewegungsprogramm geboten. Von Kraft- und Ausdauertraining über Übungen zur Körperwahrnehmen, Förderung des Selbstbewusstseins, Entspannung sowie kleine Sportspiele mit und ohne Ball ist alles dabei.

Ganz wichtig: im Vordergrund steht der Spaß!





TERMINE & ANMELDUNG

KiCK-Fitness 8-12 J.

Freitags, 18:30-19:30
Annastift Leben und Lernen GmbH
An der Weidenkirche 10
30539 Hannover

KiCK-Fitness 13-17 J.

Freitags, 17:00-18:00
Vereinszentrum (kleine Halle)
Stadionbrücke 9
30459 Hannover

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine aktive Fit&Kids-Mitgliedschaft.
(Mit dem Hannover AktivPass werden 10€ monatlich von der Vereinsmitgliedschaft übernommen)

Noch kein Mitglied? Jetzt hier Mitglied werden!

Nähere Informationen & Anfragen unter:
Telefon: 0511.96 900 900
E-Mail: fitundkids@hannover1896.de