

# Events 2007

## KidsRelax-Woche



### KidsRelax-Woche

In der Ruhe liegt die Kraft!

Diese Wohlfühl-Woche bietet zwei ganz unterschiedliche Aktivitäten. Aktiv geht es los mit Sport Stacking – der neuen Trend-Sportart aus den USA. Was wie einfaches Becherstapeln aussieht, trainiert optimal Konzentration und Koordination, Geduld und Gelassenheit ... und die Lachmuskeln! Nach soviel Action heißt es dann: Entspannung pur mit „KidsRelax“. Ob bei einer Massage, Fantasiereise oder Schokoladen-meditation – bei diesem schon langjährig erfolgreichen Kurskonzept werden ganz spielerisch verschiedene professionelle Entspannungstechniken wie Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training und Mentaltraining erlernt.

Entspannung macht Spaß – und ist kinderleicht!



Christiane Hosemann

<b>Termin:</b>	14.07. – 21.07.2007
<b>Experten:</b>	Christiane Hosemann (Entspannungstherapeutin)
<b>Inhalte/Leistungen:</b>	Sport-Stacking Einführungskurse für verschiedenen Altersstufen, betreute Trainingszeiten, Turnier (TN-Zahl unbegrenzt), KidsRelax-Entspannungskurs (begrenzte TN-Zahl).
<b>Min/Max:</b>	10/20 (KidsRelax)
<b>Teilnehmer:</b>	Kinder ab dem Schulalter
<b>Preis:</b>	Sportstacking-Programm inklusive, Entspannungskurs 40 €.

