



ENTSPANNUNG IST KINDERLEICHT!

Schicken Sie Ihre Kinder auf eine Traumreise. Die ROBY WellFit®-Wochen bieten ein abwechslungsreiches Entspannungsprogramm für Ihre Kleinen, bei dem sie lernen, ihre Kraftquellen zu mobilisieren.

Mit dem Mix Sport-Spiel-Spaß kann man bei den Kleinen groß punkten. Und darum dreht sich auch die ROBY WellFit®-Woche für Drei- bis Zwölfjährige in den ROBINSON Clubs Daidalos und Esquinzo Playa.

Das Besondere an der ROBY WellFit®-Woche? Kinder lernen bei den unterschiedlichen Aktivitäten zu entspannen. Spielerisch werden ihnen Wege zu ihren inneren Kraftquellen eröffnet. Die Angebote sind so ausgewählt, dass sie den Kindern Spaß machen und sich der gewünschte Entspannungseffekt quasi nebenbei einstellt.

So können die Mädchen beispielsweise beim Musik-Clip-Dancing nach aktuellen Musikvideos tanzen lernen, während die Jungen im Kids Box & Fitness Camp ihre Reaktionsgeschwindigkeit verbessern und ihr Koordinationsvermögen trainieren können. Aber auch Kids Dance, Balance Minis, Kids Yoga oder ROBY Power sowie Kindertheater und Spielaktionen stehen auf dem Tagesprogramm und fördern die Kondition, Fitness, Ausgeglichenheit und Entspannung der Kinder. Sie können aber auch Kampfsport betreiben oder sich ans Schachbrett setzen. Auch bei der Kids-Quiz-Zeit wird das Köpfchen trainiert.

Zappelphilipps finden bei den „Traumzeiten“ zur inneren Ruhe – und tanken dabei Energie, die ihnen im nächsten Schuljahr zugute kommt. Neu im Angebot ist Sportstacking, die neue Trendsportart aus den USA – die Kunst, Becher möglichst schnell aufeinander zu stapeln.

Das erfahrene Expertenteam um die Entspannungstherapeutin Christiane Hosemann (siehe rechts) und Kinder-Fitnesstrainerin Susana Heuchert sorgen dafür, dass jedes Kind die geeigneten Aktivitäten für sich entdeckt. Denn auf die richtige Mischung kommt es an!

Termine:

ROBINSON Club Daidalos auf Kos: 27.06.–04.07.2007 und
ROBINSON Club Esquinzo Playa auf Fuerteventura: 29.09.–06.10.2007
Alter: Kinder von drei bis zwölf Jahren. Teilnehmerzahl: unbegrenzt.

KARRIERE



CHRISTIANE HOSEMANN, ENTSPANNUNGS- THERAPEUTIN

Die Welt von ROBINSON habe ich zunächst nur als Urlaubsgast kennen und lieben gelernt. Begeistert hat mich von Anfang an die entspannte Atmosphäre in den Clubs. Als Trainerin für Stressmanagement und Gründerin von Kids Relax, dem Zentrum für ganzheitliche Entspannungspädagogik, kam mir die Idee, auch für die kleinen ROBINSON Gäste ein WellFit®-Programm anbieten. Aus dieser Idee entstand „Traumzeiten“ – ein Entspannungskonzept speziell für die Kinderwelt bei ROBINSON.

Ich bin der Überzeugung, in jedem Kind schlummert ein Entspannungsprofi! Dem kommen wir während des fantasievollen Programms mit Musik und Kerzenschein ganz spielerisch auf die Spur. Zu sehen, wie offen sich Kinder auf progressive Muskelentspannung, Traumreise oder meditative Rituale einlassen, erstaunt oft sogar die Eltern.

Mittlerweile gehören auch Entspannungs-Specials für Erwachsene und interne Schulungen für Mitarbeiter zu meinem Angebot bei ROBINSON. Dabei genieße ich es, meinen Seminarraum mal auf die Wiese, an den Strand oder in den Tempel zu verlegen. So kommt auch meine Entspannung nicht zu kurz.