



<https://biz.li/4eei>

VEREIN "GEWINNEN IN GESUNDHEIT" STARTET ZWEI NEUE KURSE

Veröffentlicht am 27.01.2017 um 11:38 von Redaktion LeineBlitz

Der Verein "Gewinnen in Gesundheit" bietet zwei

neue Kurse an. Es geht um eine Winterwanderung und einen Kinder-Selbstschutz-Kursus. . Das Selbstschutzprogramm für Kindern von sieben bis zwölf Jahren bietet Selbstschutzmaßnahmen in Gefahrensituationen. Unterrichtet wird nach dem Prinzip "Weniger ist mehr ". Das heißt, es werden kindgerechte, einfache, auf natürliche Reaktionen angepasste Selbstverteidigungs-Techniken, sowie allgemeine Verhaltensregeln vermittelt. Durch die einfachen aber effektiven Prinzipien bekommen die Kinder schnell ein besseres Selbstvertrauen. Die Kurse werden über sechs Wochen je 60 Minuten angeboten, davon eine Einheit mit Elterntraining. Der Beginn des Kinder-Selbstschutz-Kursus ist am Freitag, 3. Februar, von 15 bis 16 Uhr im GiG-Sportraum des Seniorenpflegeheimes Leinetal, Rethener Kirchweg 10. Anmeldungen und weitere Auskünfte für diese Kurse in der Geschäftsstelle unter Telefon (05 11) 84 89 55 52 oder beim Kursleiter, Tai Chi Lehrer Detlef Zimmermann, unter Telefon (01 78) 1 40 52 21. Der Verein "Gewinnen in Gesundheit" wandert am Sonntag, 5. Februar, im winterlichen Oberharz und nimmt sich den Wurmberg als Ziel. Der Treffpunkt ist um 7.45. Uhr der Bahnhof in Sarstedt. Mit dem Zug geht es nach Bad Harzburg und anschließender Busfahrt bis Königskrug. Von dort wandern die Teilnehmer über Moosbrücke, Bärenbrücke, Stieglitzeck zum Wurmberg. Nach einer Einkehr geht es nach Braunlage, von dort fährt der Bus nach Bad Harzburg, so dass die Teilnehmer gegen 18 Uhr wieder in Laatzten sind. Die Streckenlänge beträgt etwa 14 Kilometer. Rucksackverpflegung und auch eine Einkehr ist einzuplanen. Gäste sind willkommen. Weitere Informationen und Anmeldungen in der Geschäftsstelle unter Telefon (05 11) 82 79 93.