



Liebe Familien, liebe Interessierte,

es freut uns sehr, euch mit diesem Newsletter unser neuestes Projekt vorstellen zu dürfen:

### Sei Kindern ein Vorbild - aktive Eltern haben aktive Kinder!

In Zeiten von Bewegungsmangel und Übergewicht möchten wir einen Schwerpunkt setzen, um Familien zur Bewegung zu motivieren. Erwachsene, die selber Sport betreiben, können ihre Kinder viel leichter zur Teilnahme anregen. Für die Kids wird es „normal“ sich zu bewegen. Sport gehört zum Familienalltag!

Kinder, die sich gerne bewegen, sind konzentrierter, haben eine bessere Koordinationsfähigkeit, sind leistungsfähiger und ausgeglichener.

**SEI KINDERN EIN VORBILD**

*Sei Vorbild für deine Kinder und motiviere sie -  
zusammen mit uns - zu einem aktiven und gesunden  
Lebensstil! Im Vordergrund steht der Spaß am Aktivsein.  
Die Fitness der Eltern hat eine messbare Auswirkung auf  
die Gesundheit der Kinder - MACH MIT!*

**SMOVEY**  
Pyramide  
Pilsenernstrasse  
Di, 2. Mai 18:30 Uhr  
Mi, 14. Mai 18:30 Uhr  
Do, 21. Mai 15:30 Uhr  
Fr, 28. Mai 16:30 Uhr  
Sa, 4. Juni 17 Uhr  
So, 11. Juni 12 Uhr  
Mo, 18. Juni 13 Uhr  
Di, 25. Juni 18:30 Uhr  
Mi, 2. Juli 18:30 Uhr  
Kontakt: 047-200000

**SCHWIMMEN**  
Vereinslagerort  
Waldhölzle  
Fr, 12. Mai 18 Uhr  
Fr, 26. Mai 18 Uhr  
Fr, 9. Juni 18 Uhr  
Fr, 16. Juni 18 Uhr  
Fr, 23. Juni 18 Uhr  
Fr, 30. Juni 18 Uhr  
Fr, 7. Juli 14 Uhr

Dauer jeweils 1 Stunde

**ZUMBA**  
im Volksgarten Traunau  
Do, 12. Mai 19 Uhr  
Do, 19. Mai 19 Uhr  
Do, 2. Juni 19 Uhr  
Do, 9. Juni 19 Uhr  
Do, 16. Juni 19 Uhr  
Do, 23. Juni 19 Uhr  
Do, 30. Juni 19 Uhr

**YOGA**  
Im Waldgärtchen  
Brennstein  
Fr, 8. Mai 19 Uhr  
Sa, 9. Mai 19 Uhr  
Ti, 20. Mai 19 Uhr  
Mi, 27. Mai 19 Uhr  
Do, 3. Juni 17 Uhr  
Do, 10. Juni 17 Uhr  
Do, 17. Juni 17 Uhr  
Mi, 24. Juni 17 Uhr  
Mi, 31. Juni 17 Uhr

Um nicht nur eine, sondern gleich mehrere Sportarten ausprobieren zu können, bieten wir insgesamt vier verschiedene Aktivitäten pro Woche an. Schwimmen, Zumba, Yoga und Smoveys – Trendsport, Klassisches und Entspannung - in einem flexiblen Zeitrahmen an wechselnden Tagen. So ist Sport möglich, wann immer sich eine Zeitlücke ergibt!

Die Veranstaltungen finden, mit Ausnahme von Schwimmen, im Freien - Volksgarten und Traunau - statt! Bei Schlechtwetter im Welios (Zumba und Yoga) bzw. der Pyramide (Smoveys) statt!



Alle interessierten Erwachsenen können einen 5er Sportblock erwerben, der 45,- Euro kostet. Damit ist es möglich, jede der angebotenen Sportarten zu jedem angebotenen Termin in Anspruch zu nehmen solange der Block reicht. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Ziel war es, das Angebot so flexibel als möglich zu gestalten. Die Gutscheine sind somit bei jeder Aktivität einlösbar.

Die 5er Blocks sind – natürlich - im Abenteuer Familie Büro in der Traungasse 25, Innenhof, erhältlich (Mo, Di, Do von 8-12 Uhr). Darüber hinaus auch im Welios (Di und Mi 9-14 Uhr, Do und Fr 9-18 Uhr, Sa, So und Feiertag 10 – 18 Uhr).

*Sei Kindern ein Vorbild* findet im Zeitraum Mai und Juni statt. Die Termine zu den jeweiligen Sportarten findet ihr im Detail auf unserer Homepage [www.abenteuerfamilie.info](http://www.abenteuerfamilie.info)

Durchgeführt werden die Bewegungseinheiten von qualifizierten Trainern sowie dem 1. Welsler Schwimmklub!

Wir freuen uns auf die gemeinsame Bewegung mit euch!

Herzlichst,

Sandra Wohlschlager  
Obfrau



Want to change how you receive these emails?  
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#)

