

Mama & Kind in Bewegung

Hula Hoop für groß & klein

Das Angebot richtet sich an Eltern und ihre Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren mit Begrüßungs- und Bewegungsliedern für die Kleinen und einer Bewegungslandschaft.

Die Beziehungsbildung zwischen Mutter und Kind steht im Vordergrund.

Gleichzeitig ist es die Zeit der körperlichen Erholung/Stärkung für die Frau, dass bedeutet viel Ruhe, Entspannung und Familienzeit, aber gleichzeitig auch sanfte Basis-Übungen aus Kraft- und Cardiotraining für die Regeneration.

Freitag, 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Haus der Familie Horn-Lehe/Borgfeld/Oberneuland

Kursleitung: Saskia Kracke

Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Anmeldung und nähere Informationen unter Tel. 0176 4236 2937 oder per E-Mail an hdf-horn-lehe@afsd.bremen.de

Ein Angebot von:

Haus der Familie Horn-Lehe

Adresse:

Am Lehester Deich 17

28357 Bremen

Ansprechperson:

Meryem Yigin

Telefon:

0176 4236 2937

E-Mail-Adresse:

hdf-horn-lehe@afsd.bremen.de

Internetadresse:

www.afsd.bremen.de

Nächste Termine:

- 30.01.2026, 09:30 – 11:30
- 06.02.2026, 09:30 – 11:30
- 13.02.2026, 09:30 – 11:30
- 20.02.2026, 09:30 – 11:30
- 27.02.2026, 09:30 – 11:30

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

Teilnahme kostenlos