

Die Familiensportgruppe lädt zum Turnen und Spielen ein!



Das sind wir

In der Familiensportgruppe der Lebenshilfe Nürnberg treffen sich Jung und Alt, Menschen mit und ohne Behinderung, Eltern mit ihren Kindern bzw. erwachsenen Familienmitgliedern

Was machen wir

Das Angebot in der Sportgruppe ist sehr vielfältig: Gymnastik, Ballspiele, sportliche Parcours in der Halle oder im Freien, Spiel und Spaß bei Wettkämpfen und vieles mehr.

Einstieg ist jederzeit möglich! Es werden keine sportlichen Höchstleistungen verlangt!

Manchmal machen wir auch gemeinsame Ausflüge Und einmal im Jahr eine gemeinsame Freizeit

Wir feiern auch zusammen, an Weihnachten, im Fasching und im Sommer

Zielsetzung

Lust an Bewegung und Spielen mit und ohne Musik Positiver Ausgleich zum Familienalltag

Erleben einer sinnvollen, aktiven Freizeitgestaltung für die ganze Familie

Positive Gruppenerfahrung in ungezwungener Atmosphäre

Grundlagen

Anleitung durch erfahrene Übungsleiter Bewegungsangebote auch bei funktionalen Einschränkungen und Belastungen

Anerkennung als Reha-Sport nach ärztlicher Verordnung

Trainings-Zeiten

Wann: Donnerstag

Uhrzeit: 17:45 Uhr bis 18:45 Uhr

(Treffpunkt ab 17:30 Uhr Turnhalle Jacob-Muth-Schule)

Wo: 90441 Nürnberg

Waldaustraße 21

Turnhalle der Jacob-Muth-Schule

Alter: ab 0 Jahren

Kontakt: Familie Bielke

E-Mail: ingrid.bielke@gmx.de

Telefon: 0911 6 32 44 64