

Neues Programm für Familien

Yoga, Pilates oder Nähen

BOTTROP. Das neue Programm-Heft der Awo-Familienbildung ist erschienen. Neben altbewährten Kursen wie Yoga, Pilates oder Nähen, gibt es wieder einen bunten Cocktail an neuen Angeboten: Eltern-Kind Waldspaziergang, do it yourself- workshops für grüne Kosmetik, up-cycling oder gezielte Wohlfühlangebote sollen informieren, ermöglichen das Kennenlernen von anderen Menschen und bringen neue Impulse in das Familienleben. Fitness und

Entspannung im Alltag garantieren Zumba, Flamenco, Gymnastik, Aqua-Fitness oder das beliebte „Wohlfühl-Wald Wochenende“. Durch die Kooperation mit verschiedenen Familienzentren und Partnern werden viele Kurse auch kostenlos angeboten. Das Programm-Heft wird an verschiedenen Stellen im Stadtgebiet verteilt und ist unter www.awo-gelsenkirchen.de einzusehen. Infos und Anmeldung: Tel. 70949-23 oder 0209 4094-179 oder im Internet.