

Viele neue Kurse im Programmheft der Awo

Das neue Programmheft der Awo-Familienbildung ist erschienen. Neben altbewährten Kursen wie Yoga, Pilates, PeKip, Klangentspannung oder Zumba gibt es eine Vielzahl neuer Angebote.

So können zum Beispiel alle Interessierten den Rhythmus des Flamencos erlernen. Bei einer digitalen Schnitzeljagd rund um den Berger See sind Rätsel zu lösen, die sich um die „Zauberer vom Berger See“ drehen. Kinder können in den Kursen entspannen, kreativ werden, Selbstbehauptung erlernen oder lernen, mit ihren Gefühlen umzugehen. Eltern erhalten Tipps zur Entwicklung und Förderung ihrer Kinder. Einige Angebote gibt es auch online: das „Funktionelle Krafttraining“ kommt ins heimische Wohnzimmer.

Das Programm ist einzusehen auf
awo-gelsenkirchen.de