

### Kinderyoga – Grundschulkinder

Stark wie ein Löwe oder gelassen wie eine Schildkröte

**212-31605**

Di 09.11.–07.12.22 jew. 15:45-16:45, 5 mal

EUR 40.00 bereits ermäßigte Gebühr

---

### Kinderyoga – Teenies (11-14 Jahre) – Schnupperkurs

Im Yoga Baum fest verwurzelt im Gleichgewicht

**212-31610**

Sa 23.10.21 10.30-11.45

EUR 15.00 bereits ermäßigte Gebühr

---

### Kinderyoga – Teenies (11-14 Jahre)

Im Yoga Baum fest verwurzelt im Gleichgewicht

**212-31615**

Di 09.11.–07.12.21 jew. 17.00-18.00, 5 mal

EUR 40.00 bereits ermäßigte Gebühr

---

### KinderBackStube – Gruselig gesundes Halloween-Backen

(12-14 Jahre)

**212-38220**

Mi 27.10.21 15.00-18.00

Stadtteil- und Familienzentrum Giebel, Mittenfeldstraße 61,  
70499 Stuttgart

EUR 35.00 bereits ermäßigte Gebühr, inkl. EUR 10.00 Lebensmittel

---

Alle Angebote – soweit nicht anders angegeben – finden statt im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart. Anmeldung und Information unter Tel. 0711-1873-800 oder [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

Geschäftsstelle  
volkshochschule Stuttgart  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart

[info@vhs-stuttgart.de](mailto:info@vhs-stuttgart.de)  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)  
T +49 (0) 711 18 73-800  
F +49 (0) 711 18 73-709



[www.facebook.com/vhsstuttgart](https://www.facebook.com/vhsstuttgart)  
[www.instagram.com/vhs\\_stuttgart](https://www.instagram.com/vhs_stuttgart)



Weitere Angebote und aktuelle Informationen finden Sie auf [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)



## GESUNDHEIT UND FITNESS

FÜR UND MIT DER GANZEN FAMILIE

SEPTEMBER 2021 – FEBRUAR 2022

volkshochschule stuttgart  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)



© gstockstudio - AdobeStock

Wissen trägt Früchte

## **GESUNDHEIT UND FITNESS FÜR DIE FAMILIE**

Die Angebote des Programmbereichs Gesundheit, Bewegung und Ernährung machen es möglich! Mit Hilfe zahlreicher In- und Outdoor-Aktivitäten können Sie Ihre Familie stärken, den Zusammenhalt fördern und selbst aktiv werden. Nehmen Sie sich eine Auszeit und tanken Sie Kraft für die Aufgaben des Alltags. Egal ob Mutter, Vater, Kind oder alle gemeinsam – in unserem Programm wird jeder fündig, der neue Erfahrungen sammeln möchte.

### **Mama Fitness – Baby an Bord (3-12 Monate)**

**212-35350**

Mi 29.09.-17.11.21 jew. 09.00-10.30, 8 mal

EUR 80.00

**212-35355**

Mi 29.09.-17.11.21 jew. 10.30-12.00, 8 mal

EUR 80.00

.....

### **Zumba® Kids**

für Grundschul Kinder (6-12 Jahre)

**212-35360**

Fr 12.11.-17.12.21 jew. 15.45-16.45, 6 mal

EUR 36.00

.....

### **Zumba für die ganze Familie**

**212-35370**

So 28.11.-12.12.21 jew. 15.30-16.30, 3 mal

EUR 19.00 pro Person

**212-35375**

So 16.01.-30.01.22 jew. 15.30-16.30, 3 mal

EUR 19.00 pro Person

.....

### **WingChun für Eltern mit Kind sowie Jugendliche**

In Kooperation mit Akademie für WingChun

Für Eltern mit Kind (3 bis 10 Jahre): Stark für Alltag und Schule

**212-35380**

Do 07.10.-25.11.21 jew. 17.30-18.30, 8 mal

EUR 105.00 für ein Elternteil und ein Kind, EUR 30.00 jede weitere Person, keine Ermäßigung möglich

Akademie für WingChun, Adlerstraße 31, 70199 Stuttgart

Für Jugendliche (13 bis 17 Jahre)

**212-36565**

Sa 09.10.-27.11.21 jew. 14.00-15.30, 8 mal

EUR 99.00 keine Ermäßigung möglich

Akademie für WingChun, Adlerstr. 31, 70199 Stuttgart

.....

### **Indoor-Schnupperklettern**

In Kooperation mit [cityrock]®.

ab 10 Jahren

**212-36950**

Sa 20.11.21 18.00-20.00

EUR 27.00 inklusive Kletterausrüstung,

keine Ermäßigung möglich

Treffpunkt: Kletterhalle [cityrock]®, Fritz-Elsas-Str. 44, 70174 Stuttgart

.....

### **Autogenes Training für Eltern und Kinder sowie für Jugendliche**

Kurzseminar für Eltern und Kinder von 9 bis 12 Jahren

**212-31110**

Do 11.11.-02.12.21 jew. 16.00-17.30, 4 mal

EUR 64.00 bereits ermäßigte Gebühr

Gebühr für 1 Erwachsene/r mit 1 Kind (bitte beide anmelden)

.....

Kurzseminar für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

**212-31130**

Sa 22.01.22 11.00-14.00

Sa 29.01.22 11.00-14.00

EUR 64.00 bereits ermäßigte Gebühr

.....

### **Yoga für Schwangere**

**212-31670**

Do 30.09.-16.12.21 jew. 09.30-11.00, 10 mal

EUR 115.00

.....

### **Kinderyoga – Grundschul Kinder – Schnupperkurs**

Stark wie ein Löwe oder gelassen wie eine Schildkröte

**212-31600**

Sa 23.10.21 09.00-11.15, 1 mal

EUR 15.00 bereits ermäßigte Gebühr