

221-31675

Do 23.06.-21.07.22 jew. 09.00-10.30, 5 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 58.00*

Kinderyoga – Grundschul Kinder – Schnupperkurs

Stark wie ein Löwe oder gelassen wie eine Schildkröte

221-31600

Sa 19.02.22 09.00-10.15

TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart

EUR 15.00 bereits ermäßigte Gebühr

Kinderyoga – Grundschul Kinder

Stark wie ein Löwe oder gelassen wie eine Schildkröte

221-31605

Di 08.03.-05.04.22 jew. 15.45-16.45, 5 mal

TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart

EUR 40.00 bereits ermäßigte Gebühr

Kinderyoga – Teenies – Schnupperkurs

Im Yoga Baum fest verwurzelt im Gleichgewicht
(11-14 Jahre)

221-31610

Sa 19.02.22 10.30-11.45

TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart

EUR 15.00 bereits ermäßigte Gebühr

Kinderyoga - Teenies

Im Yoga Baum fest verwurzelt im Gleichgewicht
(11-14 Jahre)

221-31615

Di 08.03.-05.04.22 jew. 17.00-18.00, 5 mal

TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart

EUR 40.00 bereits ermäßigte Gebühr

Anmeldung und Information unter Tel. 0711-1873-800 oder
www.vhs-stuttgart.de

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

info@vhs-stuttgart.de
www.vhs-stuttgart.de
T +49 (0) 711 18 73-800
F +49 (0) 711 18 73-709



www.facebook.com/vhsstuttgart
www.instagram.com/vhs_stuttgart



GESUNDHEIT UND FITNESS FÜR UND MIT DER GANZEN FAMILIE

FEBRUAR – SEPTEMBER 2022

volkshochschule stuttgart
www.vhs-stuttgart.de



© gstockstudio - AdobeStock

Wissen trägt Früchte

GESUNDHEIT UND FITNESS

Für und mit der ganzen 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 werden alle fündig, die neue Erfahrungen sammeln möchten.

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

221-35350

Mi 16.02.-18.05.22 jew. 09.15-10.45, 13 mal
Kurs auch am 02.03.22
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 113.00

221-35351

Mi 22.06.-27.07.22 jew. 09.15-10.45, 6 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 54.00

Mama Fitness – Sanftes Ganzkörpertraining und Bodystyling in Weilimdorf

221-34270

Mi 09.03.-01.06.22 jew. 09.00-10.00, 12 mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 92.00*

NEU

221-34275

Mi 09.03.-01.06.22 jew. 10.10-11.10, 12 mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker,
Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 92.00*

NEU

Zumba® Kids (6 bis 12 Jahre)

221-35360

Fr 29.04.-03.06.22 jew. 15.45-16.45, 5 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 31.00

NEU

Zumba für die ganze Familie (ab 4 Jahren)

221-35370

So 13.03.-27.03.22 jew. 15.30-16.30, 3 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 19.00 pro Person

221-35375

So 15.05.-29.05.22 jew. 15.30-16.30, 3 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 19.00 pro Person

WingChun für Eltern mit Kind sowie Jugendliche

In Kooperation mit Akademie für WingChun

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

221-35380

Do 17.02.-07.04.22 jew. 17.30-18.30, 8 mal
Kurs auch am 03.03.22
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)

221-36565

Di 22.02.-12.04.22 jew. 18.00-19.00, 8 mal
Kurs auch am 01.03.22
EUR 99.00 keine Ermäßigung möglich
Akademie für WingChun, Adlerstr. 31, 70199 Stuttgart

Indoor-Schnupperklettern (ab 10 Jahren)

In Kooperation mit [cityrock]®

221-36950

Sa 26.03.22 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 (9 bis 12 Jahre)

221-31110

Do 28.04.-19.05.22 jew. 16.00-17.30, 4 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 64.00 bereits ermäßigte Gebühr
Gebühr für 1 Erwachsene/r mit 1 Kind (bitte beide anmelden)

Kurzseminar für Jugendliche (13 bis 17 Jahre)

221-31130

Sa 25.06.22 11.00-14.00
Sa 02.07.22 11.00-14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
EUR 48.00 bereits ermäßigte Gebühr

Yoga für Schwangere

221-31670

Do 17.02.-12.05.22 jew. 09.00-10.30, 9 mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28 70173 Stuttgart
Kein Kurs am 24.03.22
EUR 104.00*

* Sollten bis zum Kursbeginn die coronabedingten Abstandsregelungen geändert werden und in der Folge mehr als 9 Teilnehmer/innen am Kurs teilnehmen, wird die Teilnahmegebühr gesenkt und automatisch die günstigere Standardkursgebühr von Ihrem Konto abgebucht. Die Gebühr wird erst nach Kursbeginn abgebucht. Eine Änderung der Kursgebühr nach Ablauf des ersten Kurstermins ist jedoch nicht möglich.