BEI
ÜBERGEWICHT
UND
ADIPOSITAS
MACH DICH
FIT MIT
fidelio®
SPASS-SPORT IN SPANDAU
FÜR 6 – 15-JÄHRIGE
BERLIN
Bezirksamt
Spandau

KENNST DU ZAPPING?
SPORT + ABWECHSLUNG = SPASS

Immer nur fernsehen, alleine abhängen oder zocken? Ist doch langweilig! Probier mal was Neues und mach mit bei fidelio – dem Spaß-Sport in Spandau für Kinder und Jugendliche von 6 –15 Jahren.

Zapping bedeutet viel Action und Abwechslung! Wir „zappen" uns im schnellen Wechsel durch verschiedene Sportarten und Spiele. Wir rennen und toben gemeinsam und können uns dabei richtig schön auspowern.

Tob Dich aus und hab Spaß!

Das Fidelio-Programm wurde 1995 von Sportwissenschaftlern, Sportmedizinern und Ernährungsexperten des Sport-Gesundheitspark Berlin e.V. entwickelt und seitdem immer weiter ausgebaut. Ziel ist es, Berliner Kinder erlebnis- und teamorientiert an regelmäßigen Sport heranzuführen. Fidelio unterstützt die Kinder in ihrem natürlichen Bewegungsdrang, fördert ein besseres Körpergefühl und stärkt über Erfolgserlebnisse in der Gruppe das Selbstvertrauen. Zudem wird den Folgen von Bewegungsmangel wie Übergewicht und motorischen Schwächen entgegengewirkt. Fidelio wurde für dieses Konzept mehrfach ausgezeichnet.

Veranstalter:
Sport-Gesundheitspark Berlin e.V.

WER KANN MITMACHEN?

Fidelio Spandau ist vor allem für Spandauer Kinder und Jugendliche, die etwas gegen ihr Übergewicht machen wollen. Jede*r darf mitmachen – du brauchst nichts können!

WANN & WO?

Trainiert wird 2 x pro Woche in den unterschiedlichen Altersgruppen.

Die aktuellen Trainingszeiten und -orte stehen auf unserer Website!

ANMELDUNG

Fidelio bringt Ihr Kind in Bewegung und macht Spaß! Vereinbaren Sie einen Termin und sprechen Sie mit unseren Trainern:

Endre Puskas und **Denis Gerke**

Telefon: 030 89791713
Email: spandau@fit-mit-fidelio.de

www.fit-mit-fidelio.de/spandau

Stand: 10/2022. Änderungen sind möglich.

Zentrum für Sportmedizin
Sport-Gesundheitspark
Gesund bewegen.

Finanziell gefördert vom
BERLIN
Bezirksamt Spandau
OE QPK
GESUND AUFWACHSEN IN SPANDAU