

ab 19. Februar



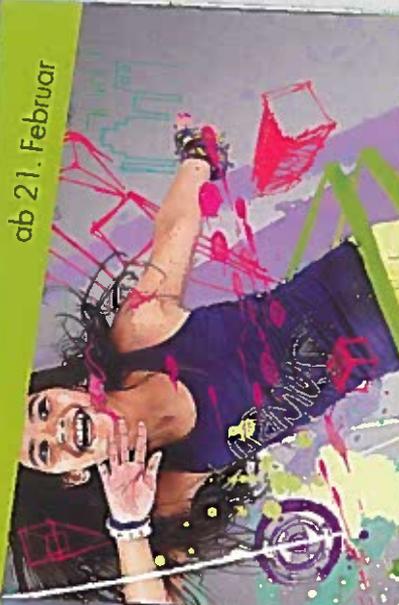
## Zumba für Erwachsene

Zumba ist ein mitreißendes Workout, das die Welt im Sturm erobert hat. Dieses unglaubliche, vom Tanz inspirierte Ganzkörper-Training fühlt sich nicht nach einem anstrengenden Workout an, weil es so viel Spaß macht!

- 🗨 Referentin: Franca Zuin
- ✍ Anmeldung: Christine Pichler  
338 8579401  
(bitte SMS oder Whatsapp)
- ▶ Bildungsausschuss NatZ-Schabs



ab 21. Februar



## Zumba für Kinder

Zumba für Kinder verbessert nicht nur die Fitness und Ausdauer, sondern macht auch richtig Spaß!

- 🕒 ab 21.02.2019, 10 Einheiten  
donnerstags, 16.00 - 17.00 Uhr
- 📍 Turnhalle der Grundschule Schabs
- 🗨 Referentin: Franca Zuin
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 8-12 Kinder,  
Grund- und Mittelschulalter
- ✍ Anmeldung: bis 15.02.2019  
Christine Pichler, 338 8579401  
(bitte SMS oder Whatsapp)
- € Kosten: 40,00 €
- ▶ Bildungsausschuss NatZ-Schabs

### Block 1: 10 Einheiten

- 🕒 ab 19.02.2019
- 📍 dienstags, 19.30 - 20.30 Uhr  
Saal oberhalb FF-Halle Viums
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 8-12
- ✍ Anmeldung: bis 11.02.2019
- € Kosten: 50,00 €

### Block 2: 6 Einheiten

- 🕒 ab 05.04.2019
- 📍 freitags, 9.30 - 10.30 Uhr  
Haus der Dorfgemeinschaft Schabs
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 8-10
- ✍ Anmeldung: bis 30.03.2019
- € Kosten: 30,00 €

23. Februar



ab 04. M



### Klingender Märchenwald

### Bewegte Kinder - Coole Kinder

Willkommen im klingenden Märchenwald!  
Gerne nehmen wir Dich mit und durchstreifen diese besondere Märchenwelt. Gemeinsam schlüpfen wir in die Rolle der Hauptfiguren und lassen das Märchen erklingen. Die Veranstaltung ist für Kindergarten- und Grundschulkindern vorgesehen.

- 🕒 23.02.2019 - 10.30 Uhr
- 📍 Bibliothek Natz
- 👤 Referentin: Klara Mair (Drehscheibe Bozen)
- ▶ Bildungsausschuss Natz-Schabs und Bibliothek Natz

Vermittlung von Freude und Spaß an Bewegung sowie die spielerische Förderung der Gesundheit

- 🕒 ab 04.03.2019, 10 Einheiten, montags  
16.00 - 17.00 Uhr: KG & 1. - 2. GS  
17.00 - 18.00 Uhr: 3. - 5. GS
- 📍 Turnhalle Grundschule Raas
- 👤 Referenten: Michael Bacher (Sportlehrer) 340 8824173 & Stefan Nössing
- ✍️ Anmeldung: bis 01.03.2019  
338 1746740, info@asvraas.com
- € Kosten: 60,00 €
- ▶ ASV Raas

ab 13. März



## Ein Wirbelwind genießt die Ruhe - Selbstsicherheit stärken

...mit dem Konzept der Victor Philippi Stiftung Gesundheit: Die Kinder erlangen mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, ihre innere Stabilität und Gelassenheit beginnen zu wachsen. Dies alles sind Voraussetzungen, um besser lernen zu können und gelassener zu werden.

- 🕒 Mittwoch, 13.03., 20.03., 27.03., 03.04., 17.04.2019
- 📍 Saal oberhalb FF-Halle Viums
- 👤 Referentin: Martina Saxl
- ✍️ Anmeldung: bis 03.03.2019  
348 7483731 (SMS oder Whatsapp)
- ▶ Bildungsausschuss Natz-Schabs

12

### Gruppe 1: 2 - 4 Jahre mit Mami/Papi

- 🕒 Beginnzeit: 10.00 Uhr
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 3 - 5
- € Kosten: 120,00 € für 5 Einheiten

### Gruppe 2: 3 - 6 Jahre mit Mami/Papi

- 🕒 Beginnzeit: 15.00 Uhr
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 3 - 5
- € Kosten: 120,00 € für 5 Einheiten

### Gruppe 3: 6 - 11 Jahre

- 🕒 Beginnzeit: 16.10 Uhr
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 5 - 8
- € Kosten: 100,00 € für 5 Einheiten

Bitte Gruppe angeben!

ab 13. März



### Beckenbodengymnastik

Beckenbodengymnastik hilft den Beckenboden zu trainieren und zu festigen. Einige gezielte Übungen können eine schnelle Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur unterstützen.

- 🕒 13.03. - 10.04.2019, 5 Einheiten  
mittwochs
- 📍 Turnhalle Raas
- ✍️ Anmeldung: Maria Rieder  
0472 412162 / 329 3673227  
Renate Hintner 340 5927490  
(Anmeldung gilt mit Einzahlung)
- € Kosten: 50,00 €
- ▶️ Frauenrunde Raas

14. März



### Lernen fürs Leben - Leben fürs Lernen

Die Referentin Claudia Burger gibt wertvolle Tipps und verrät konkrete Tricks zu den Themen: Zeitmanagement, Motivation, Konzentration und gehirngerechtes Lernen.

- 🕒 14.03.2019 - 20.00 Uhr
- 📍 Vereinshaus Schabs
- 👤 Referentin: Claudia Burger (Lehrerin und Lernberaterin)
- ▶️ Bildungsausschuss Natz-Schabs und Bibliothek Schabs

ab 16. März



### Yoga für Kinder

Die Kinder bewegen sich spielerisch durch verschiedene Yogahaltungen.

- 🕒 ab 16.03.2019, 5 Einheiten samstags, 14.30 - 15.30 Uhr
- 📍 Turnhalle der GS Schabs oder im Freien
- 👤 Referentin: Carmen Pietracupa
- 👤 Teilnehmer: 6 - 10, Grundschulalter
- ✍️ Anmeldung: bis 09.03.2019  
Christine Pichler 338 8579401  
(bitte SMS oder Whatsapp)
- € Kosten: 35,00 €
- ▶️ Bildungsausschuss Natz-Schabs

ab 18. März



### Lauftraining für Hobbyläufer

Das Training dauert max. 1 Stunde und es werden 6 - 9 km gelaufen.

- 🕒 18.03. - 27.05.2019, 10 Einheiten montags, Zeit noch offen
- 📍 Raas
- 👤 Anzahl Teilnehmer: 15
- ✍️ Anmeldung: bis 11.03.2019  
Roman Taschler 339 5999093
- € Kosten: 20,00 €
- ▶️ ASV Raas