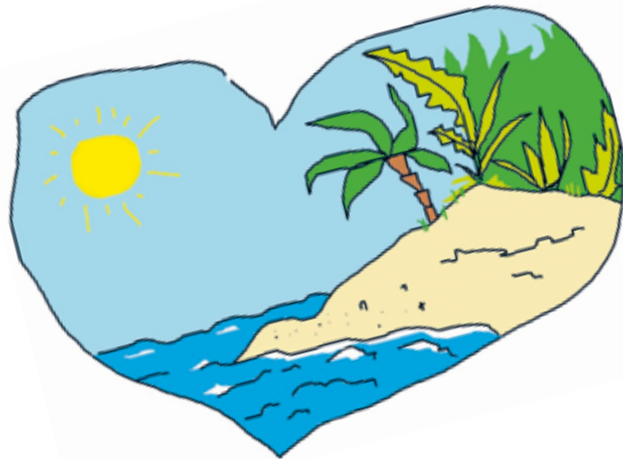


Entspannt gespannt



EINE KLEINE AUSZEIT
FÜR FAMILIEN

MIT KINDERN IM ALTER VON 6–8 JAHREN

Anmeldung
und weitere
Infos auf der
Rückseite.



Samstag, 18. März 2023
10:30–14:30 Uhr · VHS 1

10 € pro Person (Elternteil und Kind)



Kurs-Nummer: 231 105 000

Anmeldung unter:

T: 05361.893 90 40 oder
www.vhs-wolfsburg.de

Sie und Ihre Kinder könnten eine kleine Auszeit gebrauchen?
Dann haben wir das Richtige: Entspannung für die Großen
und Spannung für die Kleinen (Alter 6–8 Jahre)!
Ihre Kinder spielen, toben und erleben Abenteuer mit den
Kita Piraten oder lernen bei unserem Zauberlehrmeister
kleine Tricks.

Sie erleben verschiedene Entspannungstechniken wie das
Autogene Training, die Progressive Muskelentspannung
oder eine Fantasiereise und bekommen Tipps rund um ein
gesundes und leckeres Frühstück für die Familie!
In den Pausen dazwischen ist Raum für Gemütlichkeit und
gemeinsame (Essens)Zeit, zum Austauschen und Erzählen
lassen, zum Anschauen und Vorlesen von Büchern aus der
Wolfsburger Stadtbibliothek.

Die VHS Wolfsburg lädt Sie und Ihre Kinder ein zum span-
nenden Entspannen.
Hier können Sie es sich gut gehen lassen!

**Bitte mitbringen: bequeme Wohlfühlkleidung, eine Decke
oder ein Kissen zum Sitzen und etwas zu trinken.**

Eine weitere Auszeit
ist für den 17. Juni
geplant.

Kurs-Nummer:
231 105 001

BILDUNGSCHAUS
VOLKS
HOCH
SCHULE
WOLFSBURG

