

BOX - DUO

VATER-KIND BOXEN IN KOOPERATION MIT SCHIENFITNESS

FÜR VÄTER (ODER MÄNNER IN DER VATERROLLE) UND
IHREM KIND IM ALTER VON 6 BIS 9 JAHREN

10 EINHEITEN AB DEM 12. JANUAR 2026

MONTAGS VON 16:30-17:30 UHR

IM AWO KINDER- UND FAMILIENZENTRUM KREUZHEIDE

20,00€ PRO VATER-KIND PAAR

VERBINDLICHE ANMELDUNGEN UNTER DEN KONTAKTDATEN

SCHIENFITNESS

COACHING • PERSONAL TRAINING • KURSE

Liebe Väter, liebe Männer in der Vaterrolle und liebe Familien,

wir laden Sie herzlich zu unserem Kooperationsprojekt ein:
Box-Duo – Vater-Kind Boxen in Zusammenarbeit mit
SchienFitness!

Dieses Training ist so viel mehr als nur Boxen: Es ist eine Erfahrung, um spielerisch wichtige Lebenskompetenzen wie Resilienz und Respekt zu fördern und gleichzeitig die Vater-Kind-Bindung intensiv zu vertiefen. Sie erleben gemeinsam Erfolge, stärken das Vertrauen zueinander und geben Ihrem Kind wichtige Werkzeuge wie Konzentration und Impulskontrolle an die Hand.

Was erwartet Sie und Ihr Kind?

- Intensive Beziehungszeit: Schaffen Sie ungeteilte Qualitätszeit mit Ihrem Kind, die Vertrauen schafft und die Kommunikationsfähigkeit nachhaltig festigt.
- Stärkung von Körper und Geist: Durch Partnerübungen fördern Sie bei Ihrem Kind gezielt die Hand-Augen-Koordination, das Gleichgewicht und das Reaktionsvermögen.
- Selbstkontrolle lernen: Das Training bietet einen kontrollierten Raum, um überschüssige Energie abzubauen, und fördert gezielt die Impulskontrolle und Selbstregulation – wichtige Bausteine für mehr Resilienz.
- Gegenseitiges Vertrauen: Der kontrollierte Körperkontakt und die Notwendigkeit zur Sicherung in den Partnerübungen fördern das gegenseitige Vertrauen und lehren den respektvollen Umgang mit Grenzen.

Fragen und Anmeldungen bitte direkt an uns:

AWO Kinder- und Familienzentrum Kreuzheide
Franz-Marc-Straße 2a, 38448 Wolfsburg
Koordinatorin: Joline Hubrich
Telefon: 05361 8436554
E-Mail: koordination.kifaz-kreuzheide@awo-bs.de

Wir freuen uns auf viele starke Duos!