



# Schnuppertag

13:00 Uhr Tai Chi

Inhalt: Schnuppertag Bewegung und Entspannung

Die Verbandsgemeinde Jugendpflege

Annweiler und das Haus der Jugend Lemon aus Annweiler präsentieren für Kinder und Jugendliche am 6. März 2010 - zwischen 10:00 und 18:15 Uhr verschiedenste Angebote rund um Bewegung und Entspannung.

10:00 Uhr Autogenes Training für

Kinder, Jugendliche und Eltern Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen ist das Autogene Training ein Weg zur Bewältigung von Schlusstress. Psychosomatische Störungen, mit denen Kinder und Jugendliche zu tun haben, wie zum Beispiel Asthma bronchiale, Allergien, Kopfschmerzen und Schlafstörungen, können mit dieser Methode gezielt angegangen werden. Das Angebot wird von Dr. Ludwig Englisch durchgeführt.

11:00 Uhr Gesundheits-Karate für

Kinder und Jugendliche Karate ist eine alte Kampfkunst aus China - viele mehr als nur treten und schlagen. Durchgeführt wird dieses Angebot vom Karate-Gesundheitstrainer Klaus Weber

12:00 Uhr Jonglieren für Kinder

und Jugendliche ab 10 Jahren Das Bälle-in-die-Luft-werfen ist für viele Dinge gut: Es macht nicht nur jede Menge Spaß, es stärkt auch Fantasie und Selbstvertrauen und ist gleichzeitig eine ganzheitliche Körpererfahrung. Wissenschaftler konnten nachweisen, dass dadurch sogar die Gehirnzellen erweitert werden. Durchgeführt wird das Angebot vom Jugendhausleiter Chris van Look

13:00 Uhr Tai Chi für Kinder und

Jugendliche Tai Chi und Kung Fu Der friedliche Krieger verbindet Kampf- und Bewegungskunst, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung, Pädagogik und vereinen Bewegung, Kontakt, Konzentration, Kommunikation und Spiel. Der Pädagoge, Konflikt- und Deeskalationstrainer, Tai Chi - und Qi Gong Lehrer Harald Hasenöhl vermittelt erste Eindrücke.

14:00 Uhr Fußreflexzonenmassage

für Kinder und Jugendliche Die Fußreflexzonenmassage nimmt mittlerweile im ganzheitlich-naturmedizinischen Konzept einen festen Platz ein und wird immer häufiger zur Selbsthilfe genutzt. Mit Frau Astrid Leonhard kann die Fußreflexzonenmassage erlebt werden.

15:00 Uhr Hip-Hop-Dancing für

Kids und Jugendliche Jenni Zwing, D!s Dance Couch aus Landau zeigt Euch die angesagten Mooves. Frau Zwing unterrichtet in Freestyle, Hip-Hop, Street Style, Video-clip-dancing etc. und hat bereits mit Detlef D Soost zusammen gearbeitet.

16:00 Uhr Handball Schnuppertraining

für Kinder von 5 bis 8 Jahren Die Handballfreunde Annweiler und die SG Wernersberg bieten Kindern ein Schnuppertraining. Bitte Sportkleidung und Turnschuhe mitbringen - das Probetraining geht bis 17:30 Uhr. Was die Kinder und Jugendlichen am Schnuppertag erschnuppern können, kann eine Fortführung finden.

**Information und Anmeldung:**  
www.lemon-net.de



Haus der Jugend Annweiler, Landauer Str. 3, 76855 Annweiler - Christian van Look Tel. 06346 93160 / 0173 8156763  
info@lemon-net.de, mailto:info@lemon-net.de, www.lemon-net.de, www.friends.lemon-net.de



und Muskelkräftigung für alle Alterstufen. Anleitung vom Fachmann Daniel Zimmerle.

Ort: Sporthalle Staufer-Schulzentrum

Annweiler (ehemalige Realschulturnhalle - ist ausgeschildert)

TN-Beitrag:

kostenlos Anmeldung: - keine -

Datum: 06.03.2010 10:00 - 18:15 Uhr

Veranstalter: VG-Jugendpflege

und Haus der Jugend Annweiler

Kooperation: Handballfreund Annweiler & SG Wernersberg, Schulsozialarbeit Staufer-Schulzentrum, VHS Annweiler

Kontakt: VG-Jugendpflege Annweiler, Natalie Klödy, Tel. 06346-301221 oder Haus der Jugend Annweiler, Christian van Look, Tel. 06346-93160

Beginn: 06.03.2010 Ende: 06.03.2010

Gebühr: 0.00 Euro

Termin/e: 06.03.2010 13:00 Uhr |

**Information und Anmeldung:**  
**[www.lemon-net.de](http://www.lemon-net.de)**



Haus der Jugend Annweiler, Landauer Str. 3, 76855 Annweiler - Christian van Look Tel. 06346 93160 / 0173 8156763  
[info@lemon-net.de](mailto:info@lemon-net.de), <mailto:info@lemon-net.de>, [www.lemon-net.de](http://www.lemon-net.de), [www.friends.lemon-net.de](http://www.friends.lemon-net.de)