

treibgut - Sport & Wohlbefinden

Angebotstag:

28.03.2023

Uhrzeit:

9:00 bis 15:00 Uhr

Beschreibung

Mit unserer Einrichtung möchten wir all diejenigen begeistern, denen Gesundheit und Wohlbefinden genauso am Herzen liegt wie uns. Durch eine erhöhte Achtsamkeit auf den Körper und die bewusste Wahrnehmung der Bewegung werden Sie schnell eine positive Entwicklung im Alltag verspüren. Sie haben Lust auf Bewegung? Dann werden nicht nur Wohlfühl und Ruhe, sondern auch Energie und Freude zukünftig Ihr Leben bereichern.

Aktiv im Wasser!

Gelenkschonend und doch nachhaltig kannst Du gezielt Deine Gesundheit durch intensives Training im Wasser verbessern. Wir nutzen die besonderen Eigenschaften des Wassers, denn der Auftrieb des Wassers kann Deinen Bewegungs- und Halteapparat bis zu 90% entlasten. Zusätzlich wird durch den Widerstand Deine Muskulatur gekräftigt. Spüre wie der hydrostatische Druck wie eine sanfte Massage auf Deinen Körper wirkt und außerdem Deine Durchblutung fördert.

Jetzt aktiv werden!

Viele Menschen belasten ihren Körper im täglichen Leben kaum noch ausreichend. Durch eine mangelnde Bewegung, eine sitzende Tätigkeit im Beruf und passive Tätigkeiten wie Fernsehgucken sind nur einige Faktoren, die zu vielen Zivilisationskrankheiten führen. Seelische wie auch körperliche Symptome wie z.B. Frustration, Kopfschmerz, aufgestauter Ärger und Verspannungen sind Zeichen für zu wenig Bewegung im Alltag und können durch gezieltes Training und Übungen reduziert werden. Äußere und innere Bewegung sind in einem feinen

treibgut - Sport & Wohlbefinden

Saerbeckerstr. 141

48268 Greven

DE

Unternehmensdarstellung:

Mit unserer Einrichtung möchten wir all diejenigen begeistern, denen Gesundheit und Wohlbefinden genauso am Herzen liegt wie uns. Durch eine erhöhte Achtsamkeit auf den Körper und die bewusste Wahrnehmung der Bewegung werden Sie schnell eine positive Entwicklung im Alltag verspüren. Sie haben Lust auf Bewegung? Dann werden nicht nur Wohlfühl und Ruhe, sondern auch Energie und Freude zukünftig Ihr Leben bereichern.

Wir bieten Dir ein ganzheitliches Kursprogramm für Deine Gesundheit und Dein Wohlbefinden. Bewegung, Mobilität und Entspannung sind wichtige Bausteine für ein gesundes Leben. Egal ob für Kinder, junge oder ältere Menschen, bei uns werden alle Altersklassen gleichermaßen berücksichtigt und gefördert.

Eine ausführliche und persönliche Beratung bezüglich Deiner Kursauswahl und unter der Berücksichtigung Deiner Gesundheit sowie Fähigkeiten liegt uns besonders am Herzen. Dabei legen wir

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



KEIN ABSCHLUSS OHNE ANSCHLUSS

Übergang Schule – Beruf in NRW gestalten.

Wechselspiel miteinander verbunden und "bewegte Menschen" sind in der Regel gesünder. Es ist wichtig den Einklang von Körper und Geist zurück zu gewinnen, um somit ein gesünderes Leben genießen zu können. Zusammen können wir gemeinsam mehr "Bewegung" in Dein Leben bringen.

Die Kurse werden ausschließlich in kleinen Gruppen durchgeführt. So können wir gezielt auf Deine Wünsche und persönlichen Bedürfnisse eingehen um letztendlich effizienter ans Ziel kommen zu können.

größten Wert auf Deine Meinung!

Wir freuen uns auf Dich!

Unternehmensgröße:

Ganzheitliches Training für die schnelle Rehabilitation

Wir bieten Dir im Rehabilitationssport ein ganzheitliches Training an Land und im Wasser - unter Berücksichtigung Deiner Beschwerden. Individuell bestehende Ressourcen werden bei uns gestärkt und wir begleiten Dich gerne bei dem lebenslangen Prozess zur Pflege Deiner Gesundheit. Das Angebot richtet sich immer an die besonderen Anforderungen der Teilnehmer/innen.

Im Training geht es um Verbesserung und Stärkung Deiner Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit, insbesondere auch im Einklang mit der seelischen und geistigen Gesundheit.

Im Wasser zu Hause sein!

Schwimmschule für Anfänger:
hier können schon Vierjährige das schwimmen erlernen!

Das Wichtigste ist aber eine absolute Wassersicherheit:

Springen - Schweben - Tauchen

Die Aquapädagogik macht es möglich auch kleineren Kindern ein gutes Gefühl im Wasser zu vermitteln.

sie fördert und fordert ohne zu überfordern.sie verlangt von Anfängern keine dem Alter unangemessene Leistung ab.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



**KEIN ABSCHLUSS
OHNE ANSCHLUSS**

Übergang Schule – Beruf in NRW gestalten.

Unser erfolgreiches Unterrichtskonzept lässt Kinder vielseitig und spielerisch in komplexe Bewegungsabläufe hineinwachsen und stellt entwicklungsgerechtes Schwimmen, sicherheitsrelevante Lerninhalte (Schreckreflexumkehr), sowie vielfältige motorische und koordinative Fähigkeiten in den Vordergrund.

Neben dem methodischen Lernerfolg stehen bei unseren Kursen vor allem der Spaß und die Freude am Wasser im Mittelpunkt.

Am Empfang unsere Kunden begrüßen und ggf. unterstützen, in der Verwaltung oder in den Kursen, bei uns erwartet euch ein spannendes und abwechslungsreiches Programm.

Wir freuen aus auf Dich!

Team treibgut

Veranstaltungsort:

Saerbeckerstr. 141
48268 Greven

Berufsfeld:

Gesundheit

Anzahl Plätze gesamt:

2

Anzahl Plätze noch verfügbar:

2

Inhalt/e der Veranstaltung

- Einblicke in Tätigkeitsfelder und das Anforderungsprofil
- Informationen über Praktika und Ausbildungsmöglichkeiten im Betrieb
- Erste Erfahrungen in praktischen Übungen und einfachen Arbeitsproben

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



**KEIN ABSCHLUSS
OHNE ANSCHLUSS**

Übergang Schule – Beruf in NRW gestalten.

Zusatzinformationen

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen

