

FIT, STARK, SICHER!

SELBSTBEHAUPTUNGSKURS FÜR KINDER IM ALTER VON 6-10 JAHREN GEMEINSAM MIT IHREN ELTERN

Wer sind wir:

Michelle Felix und Evelyn Gallegos

Wir beide machen seit einigen Jahren leidenschaftlich gerne Kampfkunst und sind beide Trainerinnen in Boxen und Kickboxen. Hauptberuflich arbeiten wir mit Kindern zusammen.

Unser Workshop verbindet beides miteinander und wir können Ihrer Familie mit viel Spaß unsere Erfahrungen und Wissen an die Hand geben.

pro Termin
30€



Beschreibung:

Erlebt einen besonderen Workshop, in dem Eltern und Kinder gemeinsam aktiv werden. Zusammen entdeckt ihr einfache und effektive Möglichkeiten, euch im Alltag sicherer zu fühlen, Grenzen wahrzunehmen und selbstbewusst aufzutreten. Durch spielerische Übungen stärken wir Vertrauen, Aufmerksamkeit und den familiären Zusammenhalt.

Nach dem gemeinsamen Workshop können die Kinder in einem speziell auf sie zugeschnittenen Folgekurs weitertrainieren. So festigen sie das Gelernte, entwickeln ihre Stärken weiter und gewinnen noch mehr Sicherheit und Selbstvertrauen.

Termine:

Eltern-Kind:

19.09.2026 von 10:00 bis 11:30 Uhr

24.10.2026 von 10:00 bis 11:30 Uhr

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Kontakt/Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt für jeden Termin einzeln per Mail an:
mefirst@outlook.de



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG Mitte