

vhs.
Familientag
Februar 2020

Samstag 8. Februar 2020
9.30 bis 15.30 Uhr

Aktiv

Creativ

Entspannt

Ein Tag, viele Möglichkeiten:

Am **vhs.Familientag** können Sie Entspannungs- und Bewegungsangebote wie Yoga und Zumba wahrnehmen, kreativ sein oder einen Vortrag besuchen.

Die **gebührenfreie Kinderbetreuung**¹ stellt sicher, dass Sie sich um Ihren Nachwuchs keine Sorgen machen müssen, falls dieser keinen eigenen Kurs besucht.

Unsere abwechslungsreichen Angebote geben Ihnen Gelegenheit, sich Ihr eigenes Tagesprogramm zusammenzustellen. Neben reinen **Erwachsenenkursen** (auch ohne Familienanhang buchbar) und **Kinderkursen** erlauben **Tandemkurse für Groß & Klein** generationenübergreifendes gemeinschaftliches Erleben: Ob (Groß-)Elternteil, Patin oder Onkel, Enkelin, Sohn oder Nichte, der **vhs.Familientag** richtet sich an alle Erwachsenen und Kinder.



Programm am Samstag, 8. Februar 2020, 9.30 – 15.30 Uhr			
9.30 – 10.30 Uhr	Spiel & Spaß für Groß & Klein Alessandra Freitag	7,00 € 5,00 €/Kind ab 4 Jahren	350A201
9.30 – 11.00 Uhr	Yoga Nidra Katja Seng	10,00 €	350A202
9.30 – 11.00 Uhr	Faszien Yoga Sarah Thum	10,00 €	350A203
9.30 – 11.00 Uhr	Venezianische Masken Ulrike Dörr-Brucker	13,00 € * 5 – 7 Jahre	350A204
9.30 – 11.00 Uhr	Geschenkschachteln und Lesezeichen kalligraphisch gestalten Gert Scherer	13,00 € * 11,00 €/Kind ab 8 Jahren	350A205
9.30 – 12.30 Uhr	Power Painting Diethelm W. Wonner	15,00 € *	350A206
10.30 – 12.00 Uhr	Wohlfühl-/Selbstmassage Esther Grund	10,00 €	350A207
10.45 – 12.15 Uhr	Wie es früher war – Essen und Trinken in Heilbronn Annette Geisler	8,00 €	350A208
11.00 – 12.00 Uhr	Einführung in Progressive Muskelentspannung Katja Seng	7,00 €	350A209
11.00 – 12.00 Uhr	Yoga für Groß & Klein Sarah Thum	7,00 € 5,00 €/Kind ab 4 Jahren	350A210
14.00 – 15.00 Uhr	Zumba für Groß & Klein Renate Carle	7,00 € 5,00 €/Kind ab 4 Jahren	350A211
14.00 – 15.30 Uhr	Loslassen und Aufatmen mit Yoga Katja Seng	10,00 €	350A212
14.00 – 15.30 Uhr	Tänzerische Weltreise für Groß & Klein Luisa Marina Conti	10,00 € 5,00 €/Kind ab 4 Jahren	350A213
14.00 – 15.30 Uhr	Cajon für Groß & Klein Alexander Just	10,00 € 8,00 €/Kind ab 12 Jahren	350A214

für Erwachsene für Groß & Klein für Kinder

* inkl. Lebensmittel bzw. Material

¹ Während der Kurse können die Kinder/Geschwisterkinder **von 3 bis 10 Jahren nach telefonischer Voranmeldung** unsere Kinderbetreuung nutzen. Materialien zum Malen, Basteln und Spielen sowie Bücher stehen zur Verfügung. Verpflegung bitte selbst mitbringen.

► Ausführliche Kursbeschreibungen auf unserer Homepage www.vhs-heilbronn.de

