

Kindergartensportfest

Das alljährlich stattfindende Kindergartensportfest findet in diesem Jahr erstmals zusammen mit dem Familien- und Gesundheitstag statt. Alle Kinder sind recht herzlich eingeladen, die vielen Spiel- und Bewegungsangebote zu nutzen. Neben einem Kinderfitnesskurs und einem Bewegungsparcour bietet eine Hüpfburg viel Spaß beim Toben. Bastel- und Schminkangebote sowie leckerer Kuchen runden das Kinderangebot ab.



Angebote von Michael Kögler - Sporttherapie & med. Fitness:

17:00 Uhr - 20:00 Uhr Gesundheitsinformationen + Kleingerätetraining + Chillout

Schnupperangebote:

- 17:30 Uhr - 18:00 Uhr Kinderfitness
- 18:00 Uhr - 18:30 Uhr Nordic Walking
- 18:30 Uhr - 19:00 Uhr Seniorfit („Fit mit 50+“)
- 19:00 Uhr - 19:30 Uhr Outdoorfitness
- 19:30 Uhr - 20:00 Uhr Rückenfitness

Angebote der AOK PLUS:

Die AOK Plus bietet in Zusammenarbeit mit der qualifizierten Ernährungsberaterin Katharina Haas Informationen rund um das Thema gesunde Ernährung. Spezielles Augenmerk: **Der Zucker**

In einem Zucker-Quiz testen Sie ihr Wissen zum Thema. Außerdem erhalten Sie zahlreiche Hinweise zur Zubereitung von kreativen, zuckerreduzierten Snacks und Getränken und können sich einen Obstspieß selbst gestalten. Weiterhin gibt es alkoholfreie Cocktails.

Michael Kögler - Sporttherapie & med. Fitness
Florian-Geyer-Str. 13 | 99423 Weimar
Tel. 0173 - 15 06 695
www.michael-kogler-sporttherapie-fitness.de



AOK Plus
Georg-Hauptmann-Str. 6 | 99423 Weimar
Tel. 0800 - 10 59 08 22 24
www.plus.aok.de/



SV 1951 Gaberndorf e.V.
Daasdorfer Str. 46 | 99428 Gaberndorf
Tel. 03643 - 42 42 42
www.sv-gaberndorf.de/tl



Ernährungsberatung Katharina Haas
Helmholzstr. 3 | 99425 Weimar
Tel. 0176 - 24 51 40 52
www.katharina-haas.de

Traditionsverein Amicitia Gaberndorf e.V.
Daasdorfer Str. 39 | 99428 Gaberndorf
Tel. 0179 - 466 15 82
www.kirmesgesellschaft-gaberndorf.de/tl



AXA - Versicherung Mathias Trommler
Lisztstr. 24 | 99423 Weimar
Tel. 0172 - 23 06 289
www.axa.de



Osteoporose-Selbsthilfegruppe 397 Weimar
Tel. 03643 - 51 87 22



Malteser Hilfsdienst-Ortsgruppe Weimar



Kindergarten Gaberndorf
Zum Sportplatz 3 | 99428 Gaberndorf
Tel. 03643 - 42 22 78
gaberndorf@htg.de



Physiotherapie TING
Daasdorfer Str. 44 | 99428 Gaberndorf
Tel. 03643 - 85 51 61
www.physio-ting.de



Selbsthilfekontaktstelle der Stadt Weimar
Tel. 03643 - 76 27 53
www.weimar.de/leben/soziales-und-gesundheit/gesundheit/selbsthilfe/

FAMILIEN- UND GESUNDHEITSTAG

BEWEGUNG, ERNÄHRUNG, ENTSPANNUNG, INFORMATION
FÜR DIE GANZE FAMILIE

25.08.2017 | 17 - 20 UHR

SPORTPLATZ GABERNDORF



MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG DER



&



Der Ortsteilrat Gaberndorf lädt in Zusammenarbeit mit Michael Kögler – Sporttherapie & med. Fitness, der AOK Plus, dem SV 1951 Gaberndorf e.V., dem Traditionsverein „Amicitia“ Gaberndorf e.V., Katharina Haas – Ernährungsberatung, der AXA-Versicherung Mathias Trommler, der Physiotherapie TING, dem Malteser Hilfsdienst Weimar, der Osteoporose-Selbsthilfegruppe 397 Weimar, der Selbsthilfe-Kontaktstelle der Stadt Weimar und dem Kindergarten Gaberndorf Groß und Klein zum ersten Familien- und Gesundheitstag auf den Gaberndorfer Sportplatz ein.



17:00 Uhr Begrüßung und Eröffnung durch den Ortsteilbürgermeister Thomas Steiner.

Im gesamten Veranstaltungszeitraum werden Sie und Ihre Kinder von ausgebildeten Übungsleitern und Fachpersonal an den einzelnen Ständen betreut.

Für eine gesunde Verpflegung und erfrischende Getränke sorgt "Lattenknaller"-Wirt Torsten Schwarz.



Programm

17:00 - 20:00 Uhr

Michael Kögler - Sporttherapie & med. Fitness

- ▶ Gesundheitsinformationen
- ▶ Nordic Walking, Rückenschule, Kinderfitness

ICH WAR DABEI
STEMPEL

AOK Plus

- ▶ Gesundheitsinformationen
- ▶ Mitmachangebot, Gewinnspiel, Zuckerquiz

ICH WAR DABEI
STEMPEL

SV 1951 Gaberndorf e.V.

- ▶ Torwandschießen
- ▶ Hüpfburg

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Ernährungsberatung Katharina Haas

- ▶ Ernährungsberatung
- ▶ Zubereitung Smoothies | Cocktails | Obstspieße

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Traditionsverein Amicitia Gaberndorf e.V.

- ▶ Kinderschminken
- ▶ Menschenkicker

ICH WAR DABEI
STEMPEL

AXA - Versicherung Mathias Trommler

- ▶ Infostand
- ▶ Seilspringen

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Osteoporose-Selbsthilfegruppe 397 Weimar

- ▶ Gesundheitsinformationen
- ▶ Mitmachangebote

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Malteser Hilfsdienst-Ortsgruppe Weimar

- ▶ Informationen zur „Ersten Hilfe“
- ▶ Einblick in einen Rettungswagen

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Kindergarten Gaberndorf

- ▶ Kuchenverkauf
- ▶ Bastelangebot für Kinder

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Physiotherapie TING

- ▶ Mitmachangebote

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Selbsthilfekontaktstelle der Stadt Weimar

- ▶ Gesundheitsinformationen
- ▶ Mitmachangebot

ICH WAR DABEI
STEMPEL

Neben kostenfreien Beratungen rund um das Thema Gesundheit gibt es für Kinder und Erwachsene ein abwechslungsreiches und bewegungsfreundliches Aktivprogramm mit tollen Aktionen und fachkundigem Personal sowie jede Menge Spaß und Sport.



Entspannungsbereich:

Hierhin können Sie sich zurück ziehen und den Rest des Tages genießen. Bringen Sie sich Ihren fruchtig-frischen Cocktail vom Stand unserer Ernährungsberaterin mit oder genießen Sie einfach die Aussicht. Sie haben es sich verdient!



Stempel sammeln!

Seien Sie aktiv und sammeln Sie Stempel an unseren Gesundheitsständen. Es lohnt sich.

Bei der Abgabe Ihrer Stempelkarte mit mehr als 3 Stempeln dürfen Sie sich einen kleinen Preis aussuchen. Sammeln Sie sogar 6 oder mehr Stempel, so erhalten Sie einen Stempel für ihr Bonusheft der Krankenkasse und dürfen sich einen Überraschungspreis aussuchen.