

5. FERIENWOCHE



SPORT, ERNÄHRUNG & ENTSPANNUNG

Fit, gesund und ausgeglichen!



Wir achten auf unseren Körper, probieren Neues aus und tun uns selbst etwas Gutes! ❤️

DAS SIND UNSERE PROGRAMMPUNKTE:

-  **★ Yoga**
Wir finden Ruhe, stärken unseren Körper und entspannen uns.
-  **★ Teezeit & Entspannung**
Wir genießen eine gemütliche Teezeit und lernen kleine Entspannungsrituale.
-  **★ Entspannungsangebote**
Wir erleben verschiedene Achtsamkeits- und Entspannungsrituale für Körper und Geist.
-  **★ Spielplatz**
Gemeinsam toben, spielen und Spaß an der frischen Luft haben.
-  **★ Frühgymnastik & Joggen**
Wir starten aktiv in den Tag und bringen unseren Kreislauf in Schwung.
-  **★ Tanzen (18.08. – 20.08.)**
Zu cooler Musik bewegen wir uns und haben richtig viel Spaß!
-  **★ Badekugel herstellen**
Duftende Badekugeln selbst herstellen.
-  **★ Alles rund um die Milch**
Wir lernen Spannendes über Milch und probieren leckere Milchprodukte.

⇒ HINWEISE ⇐

-  Die Kinder können bis 9:00 Uhr ankommen.
-  Wir starten gemeinsam in den Tag mit einem gemeinsamen Frühstück.
-  Mittags essen wir gemeinsam ein leckeres, gesundes Mittagessen.
-  Bitte geben Sie uns Bescheid, wenn Ihr Kind nicht kommen kann.
-  Bei schönem Wetter sind wir viel draußen.

⇒ MITBRINGEN ⇐

-  Rucksack
-  Trinkflasche
-  Wechselkleidung
-  Badesachen und Badelatschen
-  Sportkleidung und Sportschuhe
-  Sonnencreme
-  Kopfbedeckung

UND WEITERE PROGRAMMPUNKTE:

-  **★ Obstspieße**
Wir zaubern bunte und gesunde Obstspieße.
-  **★ Cocktails**
Wir mixen leckere, fruchtige Cocktails (ohne Alkohol).
-  **★ Eis kaufen**
Wir gönnen uns ein leckeres Eis!
-  **★ Ausflug ins Sportmuseum für die Klassen 3 und 4 – 19.08.**
Wir entdecken spannende Exponate rund um Sport und Bewegung!



TÄGLICHE ANMELDUNG:

Die tägliche Anmeldung der Kinder findet in der Mensa statt.



Bitte melden Sie Ihr Kind rechtzeitig ab, falls es nicht teilnehmen kann. Vielen Dank!

