

Fitness und Gesundheitssport mit Pferd für Schulkinder

Start am Mittwoch, den 11.04.18:

- Kurs 1: 15.00 – 16.00 Uhr
- Kurs 2: 16.00 – 17.00 Uhr



Zielgruppe

Du bist Schüler/-in des Primarstufenbereichs und Du hast Interesse, an einem innovativen, tiergestützten (Pferd) Fitness-training teilzunehmen?

Wo

Im TPSK-Sportpark, Freimersdorfer Weg 4, 50829 Köln-Bocklemünd (neben den WDR-Studios) auf der Rasenfläche und im Outdoor-Fitnessparcours

Wie

In Kleingruppen von ca. 6 bis 8 Kindern unter Aufsicht von Fachpersonal.

Wann (Beginn)

Insgesamt zehn Übungseinheiten (ÜE) vom 11. April bis 13. Juni 2018, immer mittwochs:

Kurs 1: 15.00 – 16.00 Uhr oder
Kurs 2: 16.00 – 17.00 Uhr

Kosten

€150,- pro Kind für alle ÜE

Infos und Anmeldung bis 04.04.2018

Geschäftsstelle des TPSK 1925 e.V.
0221 7390677 (Mo-Fr 8.30-12Uhr)

**KEINE REITERLICHEN VORERFAHRUNGEN
ERFORDERLICH!**

Projektbeschreibung

Der Kurs ist in eine übergreifende Studie zur tiergestützten Fitness und Gesundheit eingebettet. Es wird inhaltlich besonderen Wert auf die Vermittlung von Körperhaltung mit dem Pferd, Kraft und Ausdauer gelegt. Jeder teilnehmende Schüler bekommt am Ende des Kurses eine Rückmeldung über seine eigene; individuelle Fitness sowie Haltung!



Programmentwicklung und -evaluation:
Deutsche Sporthochschule Köln

**Dr. Sportwiss.
Katharina Alexandridis**
Sporttherapeutin mit
Schwerpunkt tiergestützte
Interventionen

Alogo-Institut für pferdgestützte Interventionen

Tel.: 0162 1613331
alogoinstitut@gmail.com

**Dr. med.
Anke Raabe-Oetker**
Ärztin und Dipl. Sportlehrerin

Deutsche Sporthochschule
Köln, Institut f. Bewegungstherapie

Tel.: 0221 4982-4690
raabe-oetker@dshs-koeln.de

Kontakt:

Dr. Katharina Alexandridis 0162 1613331
Dr. Anke Raabe-Oetker 0221 4982-4690

TPSK-Geschäftsstelle 0221 7390677
(Mo-Fr 8.30-12Uhr)