

# Stadt Rotenburg (Wümme) Aufsuchende Jugendsozialarbeit

Viktoria Düver Große Straße 1 27356 Rotenburg (Wümme)

Telefon:

0177 71 08 050 (täglich) oder 04261 71 199 (dienstags, montags & donnerstags ab 14:00 Uhr)

Fax: 04261 71 255

E- Mail:

jugendsozialarbeit@rotenburg-wuemme.de







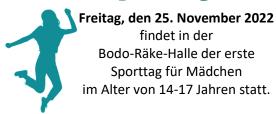
25. November 2022 16:00-20:00 Uhr

14-17 Jahre

Euch erwartet ein sportlicher Nachmittag mit interaktiven Workshops zum Thema Influencer\*innen und Körperkult.



### Mädchen Sport Tag



Begrüßung: ab 16:00 Uhr

**Sportkurse:** 16:15 – 17:45Uhr

Die Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit drei verschiedene Kurse auszuprobieren

Pause: 17:45 - 18:15 Uhr

Gesundheitsparcour: 18:15 – 19:30Uhr

"Der optimale Körper" ist ein Parcour mit interaktiven Stationen der sich mit Themen wie "Influencer\*innen" und "Körperkult" beschäftigt



Abschlussrunde: 19:30 - 19:45 Uhr

Bitte Sportbekleidung und Sportschuhe mitbringen.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Die Veranstaltung ist ein Kooperationsprojekt der Stadt Rotenburg (Gleichstellungsbeaftragte und Viktoria Düver, aufsuchende Jugendsozialarbeit) und des Kreissportbundes (Susanne Kuppler, Koordinierungsstelle Integration in und durch Sport)





### **Sportangebote**

### **HIIT the Beat by Breakletics**

Eine perfekte Mischung aus funktionalen Übungen, effektivem High Intensive. Intervall Training (HIIT) und mitreißenden Beats.

Angebot von Natalia Rehder

#### **Kickboxen**

Ein Workout mit viel Spaß und verschiedenen Muskeleinsätzen, indem du deinen Körper in Form bringst und deine Fitness sowie dein Selbstbewusstsein stärkst. Angebot von Natalia Rehder

#### **Aerobic**

Dieses Angebot steht für "Aerobic und Fitness" und bietet einen Mix aus Turnen, Tanzen und Bewegungen zur Musik sowie den Grundlagen vom Aerobic Turnen. Angebot von Jella Warnken

#### TOSO X

Ein funktionelles Group Fitness Workout mit Kampfsportelementen. Kicks und Punches gehören genauso in dieses Angebot wie auch gegenseitiger Respekt, körperlicher Wille und kraftvolle Eleganz. Angebot von Michael Ziegler

### **Anmeldung**

Anmeldungen unter Angabe von drei Sportangeboten entweder per E-Mail oder per Post bis zum 18. November 2022

an die auf der Rückseite stehende Adresse senden.

## Wahl der Sportangebote

Bitte jeweils ein Angebot auswählen:



**2. O** Aerobic / **O** HIIT the Beat by Breakletics

Vor- und Nachname	
Straße	
PLZ, Wohnort	
Telefon	Geburtsdatum

E-Mail

### Einverständniserklärung der Eltern

Wir sind damit einverstanden, dass unsere Tochter am Mädchen Sport Tag teilnimmt.

Die Anmeldung ist verbindlich und es wird keine Bestätigung zurückgeschickt.

Wir haben davon Kenntnis genommen, dass Fotos vom Tag ins Internet gestellt werden.

Unterschrift der Eltern