

## Achtsamkeit, Yogilates und Seifensieden

Nach den Ferien starten neue Awo-Kurse

**GE.** Nach den Sommerferien beginnt die Awo-Familienbildung mit ihrem neuen Kursprogramm für Kinder, Familien und alle Interessierten.

Neben altbewährten Kursen (wie Nähen oder Zumba) werden neue Angebote durchgeführt. So können zum Beispiel beim Faszien-Training die Muskeln geschmeidig gehalten, beim Krabbel-Turnen die Entwicklung des Kindes gefördert und im Kochkurs - nicht nur für Singles interessante -

Rezepte ausprobiert werden.

Viele der Kurse sind durch die Finanzierung von „Elternstart NRW“ oder der Kooperation mit Familienzentren kostenlos.

Das komplette Kursprogramm ist auch unter [www.awo-gelsenkirchen.de](http://www.awo-gelsenkirchen.de) oder in der Awo-Geschäftsstelle Grenzstraße 47 zu erhalten.

Nähere Infos und Anmeldungen bei Martina Lessmann, Telefon 4094-179 oder 02041/70949-24.