

Sportkurse per Video

GE. Da in der momentanen Situation der Kursbetrieb der Awo-Familienbildung eingestellt ist, wurden kurze Videos gedreht, in denen gezeigt wird, wie zuhause Übungen mit Kindern, Pilates oder einfache Entspannungsübungen durchgeführt werden können. Die Kursanleitungen von circa zehn Minuten sind auf dem Youtube-Kanal des Awo-Unterbezirks Gelsenkirchen/Bottrop unter „Awo Gelsenkirchen/Bottrop“ abrufbar. Infos und Anmeldung zu späteren Kursen bitte bei der Awo-Familienbildung unter Telefon 70949-23 oder auf www.awo-gelsenkirchen.de, möglich.