

fitdankbaby

Alter: Ab der sechsten Lebenswoche
Dauer: 8 Einheiten a 75 min
Kosten: 64 €

Babymassage

Alter: Ab der sechsten Lebenswoche
Dauer: 5 Einheiten a 60 min
Kosten: 50 €

PEKiP

Alter: Ab dem vierten Lebensmonat
Dauer: 10 Einheiten a 90 min
Kosten: 95 €

FenKid

Alter: Ab dem vierten Lebensmonat
Dauer: 10 Einheiten a 90 min
Kosten: 95 €

Bei den **PEKiP** und **FenKid**-Kursen bleibt die Gruppe in der Regel für 25 Einheiten zusammen, bis zu einem Alter von einem Jahr. Sie werden nach Geburtsmonat zusammengestellt und mit maximal 8 Babys klein gehalten.

Beide Konzepte sind sich im Grundaufbau und der Idee sehr ähnlich, es gibt nur kleine Unterschiede.

In den **fitdankbaby** Kursen bleiben die Mütter meist über mehrere Kurse zusammen. Wenn die Babys größer werden gibt es das erweiterte Kursangebot **fitdankbaby maxi**.

Bitte kümmern Sie sich früh um einen Kursplatz, da diese meist sehr schnell belegt sind. Die Anmeldung ist ab dem tatsächlichen Geburtstag möglich.

Die Entwicklung der Babys und die Begleitung der Eltern in den ersten Monaten steht bei unseren **PEKiP** und **FenKid** Kursen im Vordergrund. Wir haben einen speziell dafür eingerichteten Raum und sehr gut ausgebildete Gruppenleiterinnen.

Die Eltern tauschen sich in entspannter Atmosphäre aus und werden durch die Kursleiterinnen über Entwicklung und Erziehung des Kindes informiert. Das Spielmaterial fördert altersgemäß die sensorische und motorische Entwicklung der Babys. Sie lernen Lieder, Reime und verschiedene Spiele, die den Entwicklungsphasen angepasst sind.

fitdankbaby ist ein Fitnesskonzept für Mütter mit Babys, die nach der Schwangerschaft wieder fit werden wollen. Die Mütter trainieren, die Babys sind „als Trainingsgewicht“ mit eingebunden.

Es ist sinnvoll so früh wie möglich mit den Kursen zu beginnen. Bei **Babymassage** und **fitdankbaby** ist dies ab der sechsten Lebenswoche möglich, bei **PEKiP** und **FenKid** ab dem vollendeten dritten Lebensmonat.

Turnverein Augsburg 1847 e.V.

Gabelsbergerstr. 64
86199 Augsburg

Tel: 0821-573715

www.tvaugsburg.de
info@tvaugsburg.de



Babykurse im TVA



FenKid®

fitdankbaby®
Fitness für Dich & Dein Baby

Babymassage



PEKiP

PEKiP (= Prager-Eltern-Kind-Programm) ist ein Angebot der Elternbildung im Sinne einer Entwicklungsbegleitung während des ersten Lebensjahres des Kindes.

Grundidee von PEKiP:

- Zeit für das Baby
- Die Babys können sich nackt frei bewegen
- Anregungen durch die Anleiterinnen je nach Entwicklungsstand der Babys
- Die Babys entdecken eigene Fähigkeiten
- Orientierung am Babybedürfnis
- Erstes Kontakt knüpfen der Babys untereinander
- Austausch der Eltern über eigene Erfahrungen, Fragen und Sorgen



FenKid

FenKid (= Frühentwicklung von Kindern) wurde auf der Grundlage der Bewegungspädagogik entwickelt. Die Schlüsselbegriffe sind Kompetenz, Kommunikation und Kooperation.

Grundidee von FenKid:

- Aufmerksame Beobachtung des Babys (stille Zeit ohne Gespräche)
- Die Babys bewegen sich in Body oder Windel
- Themenblock für jede Einheit
- Förderung der Sprachentwicklung
- Erfahrungsaustausch unter den Müttern
- Unterstützung der eigenen frühen Körperwahrnehmung
- Erstes Kontakt knüpfen der Babys untereinander
- Austausch der Eltern über eigene Erfahrungen, Fragen und Sorgen
- Orientierung am Babybedürfnis

In das FenKid Konzept fließen Elemente der Arbeit von Maria Montessori, Emmi Pikler und Elfriede Hengstenberg mit ein.



Babymassage

Körperkontakt und liebevolle, fürsorgliche Berührung sind die wichtigsten Grundbausteine für ein rundum gesundes Aufwachsen.

Babymassage ist für Eltern und Kind eine große Bereicherung und vertieft die innige Beziehung.

Kursinhalte:

In gemütlicher Atmosphäre erlernen wir gemeinsam die Techniken der Babymassage und erhalten Einblick in die Welt der Aromamischungen und Ätherischen Öle.

Wir werden wichtige Themen für Säuglinge wie zum Beispiel Schlafstörungen und Blähungen besprechen.

Handtuch, Wickelunterlage und kleine Decke bitte selbst mitbringen, Öl wird gestellt.

fitdankbaby

Dieser Kurs ist Training für die Mamas mit ihren Babys. Ein Baby sollte kein Grund sein selbst keinen Sport mehr zu machen. Deshalb ist das Baby gleichzeitig das „Trainingsgewicht“. Das Beste daran - das Gewicht wächst mit.

Durch einen speziellen Haltegurt ist das Baby absolut sicher mit der Mutter verbunden. Es werden unter anderem Übungen für den Rücken, Beckenboden und den Bauch gemacht. Am Ende ist noch genügend Zeit für etwas Babymassage oder Entspannung für Mama und Baby.

In der warmen Jahreszeit gibt es auch Outdoor-Kurse.

