

Sehr geschätzte Kundinnen und Kunden von „Kinderland Luzern“,



Hallo November - der Herbst fängt endlich an.

Schaut nach unseren Events und Kurse in dieser kalten Jahreszeit. Dann wird es Euch ganz warm ums Herz.

Alle Infos in unsere November 2017-Newsletter weiter unten.

Bis bald wieder im „Kinderland Luzern“, Horw.

Katja Sciarmella
Geschäftsleitung

Kinderland Luzern
Katja Sciarmella GmbH
Bahnhofstrasse 2
6048 Horw

078 854 00 65
katja@balance-yourself.ch
www.kinderlandluzern.ch

FENG SHUI im Kinderzimmer - Vortrag

Mittwoch 15. November 2017 - 19.30 bis 21.30 Uhr

Schläft Euer Kind gut? Spielt es gerne in seinem Zimmer? Braucht es in der Nacht längere Zeit Windeln? Kann es sich bei den Hausaufgaben konzentrieren?

An diesem Abend gibt Ihnen Alexandra Grosso Tipps, wie das Kinderzimmer mit wenig Aufwand nach den Grundsätzen der Harmonielehre des Feng Shui umgestaltet werden kann.

Weitere Infos unter www.littleme.ch/feng-shui/feng-shui-im-Kinderzimmer

Anmeldung bis 13. November 2017

Gratis Eintritt - Türkollekte.

Fitness für Mamis mit Kinderbetreuung

JEDEN MITTWOCH Bodytoning 09.00 - 09.50 Uhr

Ganzkörpertraining 10.00 - 10.50 Uhr

**SCHNUPPER-ABO 5 Lekt. CHF 75.00 gültig bis Ende Dezember 2017.
für Kinderbetreuung CHF 9.50 pro Lektion**

Sie bewegen sich in einem dynamischen Wechsel von Kraft, Ausdauer, Mobilisation, Beweglichkeit und auch Entspannung.

Das Programm wird den Wünschen der Teilnehmer angepasst, sodass für „JEDERFRAU“ etwas dabei ist.

Enthalten sind:

- Faszien-Training
- Figuren- und Haltungs-Training
- Rücken-Training
- Stabilisationsübungen
- Beckenboden-Training
- Mobilisations-Dehnübungen
- mit und ohne Hilfsmittel (Hanteln, Thera-band, Rollen)



Probieren Sie es aus. Kontaktieren Sie mich gleich für weitere Infos:

Katja Sciarmella, 078 854 00 65
Zertifizierte Schmerztherapeutin nach LnB, Dipl. Bewegungstrainerin i.A.

Nachgefragt ?????

Interesse an einem **MUKI Gymnastik Kurs**??

Balancieren, Dehnen, Yoga usw mit Ihrem Kind ab ca. 2 J.

Bitte Wünsche , Anregungen anbringen.

Bastel Atelier für Kleinkinder

Donnerstag 28. November 2017, 10.30 bis 11.15 Uhr

Wir basteln für die Adventszeit...

Für Kinder ab 18 Mt bis 3 J. mit Begleitung.

Anmeldung erforderlich.



Einige Eindrücke von unserer letzten Halloween-Bastelstunde.

