

D3120 Strong Kids - Ferienkurs Fitness-, Kampfsport- und Selbstbehauptungstraining für Kinder

Beginn	Montag, 03.08.2026, 09:30 - 12:45 Uhr
Kursgebühr	75,00 €
Dauer	2 Termine
Kursleitung	Klaus Feig
Kursort	UF, vhs, V0.14, Großer Tanzsaal, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

Ziel des Kurses ist es Kinder zu stärken, Selbstbewusstsein zu fördern und ihnen spielerisch und altersgerecht zu helfen mit Herausforderungen umzugehen. Dieser Kurs soll den Kindern vor allem Spaß machen und Spaß an der Bewegung vermitteln. Strong Kids ist wichtig keine Ängste zu schüren, sondern Selbstbewusstsein zu fördern. Daher werden alle Themen zwar mit der nötigen Ernsthaftigkeit betrachtet, aber auf lockere und interaktive Art vermittelt. Die Kinder sollen lernen Situationen zu analysieren, Grenzen wahrzunehmen, sich zu artikulieren und zu schützen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Sportschuhe (Hallenschuhe), Getränk und ggf. eine kleine Pausenverpflegung. Keine Ermäßigung möglich.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.08.2026	09:30 - 12:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Großer Tanzsaal, V0.14
04.08.2026	09:30 - 12:45 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Großer Tanzsaal, V0.14

[zur Kursdetail-Seite](#)