



## J&S Kids 5 – 10 Jahre Schule und Vereine Unteriberger

Die Phase zwischen dem fünften und dem zehnten Lebensjahr ist entscheidend für die körperliche, geistige und soziale Entwicklung eines Kindes. In diesem Alter sind die Voraussetzungen für die Entwicklung vieler körperlicher Fähigkeiten nahezu ideal.

Mangelnde Bewegung, zu grosser Medienkonsum, unausgewogene Ernährung, psychischer und sozialer Stress greifen die Gesundheit bereits bei Kindern an, was sich später auch im Erwachsenenalter negativ auswirkt.

So hat J&S-Kids neben den sozialen Kontakten, die geknüpft werden, zwei Hauptziele:

- Sich bewegen und Sport treiben
- Verschiedene Sportarten kennenlernen

In Unteriberger konnten wir bereits mehrere Jahre dieses Sportangebot für die 5- bis 10-jährigen anbieten. Wir arbeiten mit den Vereinen der Region zusammen und arrangieren Treffen, so dass die Kinder verschiedene Sportarten erleben und kennen lernen können. Neben dem „normalen“ Turnen in der Halle werden wir auch Schnupperlektionen im Schwimmen, Langlauf, Reiten, Tennis usw. durchführen. Falls wir unsere Aktivitäten ausserhalb der Turnhalle machen werden, informieren wir Ihr Kind am vorherigen „Kids – Training“.

• <b>Datum:</b>	immer freitags (ausser in den Schulferien)
• <b>Dauer:</b>	1 Jahr (bis Ende Dezember 2023)
• <b>Zeit:</b>	1. Gruppe 16:30 – 17:15 Uhr 2. Gruppe 17:15 - 18:00 Uhr
• <b>Ort:</b>	Bezirksturnhalle Unteriberger
• <b>Kosten:</b>	30 Franken pro Jahr
• <b>Mitnehmen:</b>	Turnkleider Hallenturnschuhe (keine schwarzen Sohlen)

Am **13. Januar und 20. Januar 16:30 -17:15 Uhr** haben interessierte Kinder die Möglichkeit, Kids-Luft zu schnuppern... Natürlich darf man auch an einem anderen Freitag einfach dazu stossen, an diesen Daten wird die Turnstunde extra zum Schnuppern geplant. Wir würden uns freuen, wenn auch Ihr Kind bei J&S-Kids mitmachen würde. Für allfällige Fragen stehen Ihnen die Leiter jederzeit gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Das Kids-Leiterteam

Andrea Fässler, Corina Aemmer, Natalie Bräuchi, Saskia Berger

**Aktuell im Internet unter: [www.unteriberger.ch](http://www.unteriberger.ch) / Rubrik Schule / J&S Kids**

