

## x-team - Starke Freunde holen sich die Extraportion AquaPower! nun auch im Walgaubad Nenzing

Gemeinsam stark: x-team startet jetzt auch in Nenzing. Das Spezialprogramm für übergewichtige Kinder findet in Zusammenarbeit mit dem Freibad Walgaubad statt.

Vom 8. Juli bis 26. August 2015 haben Familien mit einem übergewichtigen Kind die nahezu unbegrenzten Möglichkeiten Bewegung, Spiel und Action im Wasser zu erleben. Von „Aquazumba“ bis zum „Mut-Sprung“ reicht das Angebot. „Für übergewichtige Kinder bietet sich das Wasser als Bewegungsmedium geradezu an“, so Oliver Tschabrun, Geschäftsführer und Schwimmtrainer des neuen Freibades.

In der Schwerelosigkeit des Wassers stellt das Übergewicht kein Hindernis mehr dar, das schafft schnell Erfolgserlebnisse. Zudem bauen die Kinder durch den hohen Wasserwiderstand sehr schnell Muskelmasse auf, und die verbrennt wiederum die Fettpolster – auch im Ruhezustand.

Interessierte Eltern können sich in begleitend angebotenen Workshops und mit Ernährungsberatungen fit machen, um auch zuhause optimale Bedingungen für das Erreichen eines gesunden Wohlfühlgewichts zu schaffen.

- » [x-team im Walgaubad Nenzing findet statt vom 8. Juli bis 26. August 2015](#) (10 Termine)
- » [Schwimmkenntnisse](#) sind erforderlich.
- » [Treffpunkt ist](#) 8x mittwochs von 14.30 bis 16.00 Uhr und 2x samstags von 10.00 – 11.30 Uhr im Freibad Walgaubad Nenzing
- » [Selbstbehalt](#): 70,- Euro (Ermäßigung in Absprache), inkl. Eintritt ins Freibad
- » [Info](#) erhalten Sie unter T 055 74 / 202 - 1056 oder [gesundheitsbildung@aks.or.at](mailto:gesundheitsbildung@aks.or.at)
- » [Anmeldung](#) erfolgt mit beiliegendem Anmeldeformular

Viel Spaß ist hier jedenfalls sicher!  
Ihre aks Gesundheitsbildung

## ANMELDUNG zum x-team im Freibad Walgaubad Nenzing

Vom 8. Juli bis 26. August 2015, 10 Termine

Ja, ich melde mich für das x-team an.

### Adresse und Name eines Elternteiles oder einer/s Erziehungsberechtigten

Vorname, Name: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_  
PLZ / Ort: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

### Daten des Kindes

Vorname, Name \_\_\_\_\_  
Geb.-Datum: \_\_\_\_\_  
Größe in cm: \_\_\_\_\_ Gewicht in kg: \_\_\_\_\_

### Kosten

70,- Euro (Ermäßigung in Absprache)

### Ihre Anmeldung ist verbindlich.

Erfolgt bis Kursbeginn keine Abmeldung ist der gesamte Kursbetrag zu tragen.

Bitte senden Sie diese Anmeldung vollständig ausgefüllt an:  
aks gesundheit GmbH, x-team Büro, Rheinstraße 61, 6900 Bregenz  
oder: F 055 74 / 202 - 9 | x-team@aks.or.at

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Erziehungsberechtigte/r