

ENERGYPOWERKIDS®

Das Kindererfolgsprogramm mit System!



„Tanzen ist meine erste große Liebe“

NICOLE HÖLZEL

seit dem 6. Lebensjahr klassisches Ballett

bevorzugte Tanzstile:

Hip Hop, Jazz, Freestyle & Modern Dance

Model für getanzte Fashion-Shows
in Deutschland und Europa

Tänzerin und Choreographin für
internationale Musik- & Tanzprojekte

Ausbildungen / Qualifikationen:

- Dipl. Fitnessökonom
- DancingKids-Instructor
- Rückenschultrainer für Kinder
- Grouptrainer Bewegung, Sport und Spiel für übergewichtige Kinder
- Ausbilderin für Bewegungserziehung im Kleinkindalter
- Ausbilderin für Lizenznehmer EnergyPowerKids



ENERGY FITNESS

Fürstenstrasse 261-265
09130 Chemnitz

Internet: www.energyfitness.de
www.energypowerkids.de

Mail: info@energyfitness.de

Hotline: 0371 / 725 77 77
Fax: 0371 / 725 55 59

Für Energy Power Kids – ganz leicht!

Die vier Sorten Lichtenauer Fresh'n Fruity Himbeere, Apfel, Erdbeere und Brombeere schmecken Kindern nicht nur gut, sie tun auch gut: Wertvolles Lichtenauer Mineralwasser, angereichert mit reinen Fruchtaromen und wenig Kohlensäure ist frei von Farb- und Süßstoffen. Alles in allem: Gesunder, leckerer Hochgenuss.

Lichtenauer gibt sein Versprechen:

- ✓ wenig Kohlensäure
- ✓ nur wenig Kalorien
- ✓ frei von Farbstoffen
- ✓ ohne Süßstoffe

Qualität, die man schmeckt!

Lichtenauer
MINERALQUELLEN



ENERGYPOWERKIDS®



powered by

ENERGY FITNESS

„Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare.“

Christian Morgenstern

Die Gestaltung des Lebens fängt bei unseren Kindern an. Die Welt der EnergyPowerKids ist facettenreich und bietet jedem Kind den richtigen Platz. EnergyPowerKids ist ein in Deutschland einmaliges Kinderbewegungssystem, welches durch spezialisierte Trainer betreut wird. Die Altersdifferenzierung erfolgt in jedem angegebenen Bewegungskurs. Durch das Farbenspiel findet jeder seine Altersgenossen.

- Rosso 3-6 Jahre
- Blu 7-10 Jahre
- Bianco 11-14 Jahre

DANZA (ital. Tanz) ●●●○



Wie bewegt sich ein Baum im Wind? Wie schmilzt der Schneemann? Tanz ist die ureigenste Bewegung kleiner Kinder. Sie gehen in Ihrem Tanz auf eine Entdeckungsreise Ihres Körpers und Ihrer Phantasie. Kids und Teens profitieren später von diesen Erfahrungen und perfektionieren Ihre Fähigkeiten in verschiedenen Tanzrichtungen. Ausdrucksfähigkeit, Koordination, Ausdauer, Charakterstärke und Selbstvertrauen sind hier die Resultate.

SCALLARE (ital. Kraft) ●●●○



Einmal ein Leopard sein. Kraft, Ausdauer, sicheres Auftreten, Koordination, Selbstverteidigung und die Gewissheit über die innere Stärke – das sind seine Qualitäten. Scallare birgt alle Facetten einer auf Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer ausgelegten Kindesentwicklung. Spezielle Inhalte wie Laufschule, Grundlagen der Selbstverteidigung oder auch Outdoortraining unterstützen den Grundgedanken der Kraft.

SANO (ital. gesund) ●●○



Jedes fünfte Kind in Deutschland ist übergewichtig. Die Verantwortung liegt hier bei den Eltern, so früh als möglich den vorprogrammierten schweren Krankheitsbildern entgegenzuwirken und dem Kind eine gesunde und glückliche Entwicklung wieder zu ermöglichen. Auf Kinder abgestimmte Ernährungsberatungen, dosierte und planvolle Gestaltung der Bewegungen - das sind die Inhalte. Die Unterstützung der Krankenkassen ist durch die hohen Qualitätsstandards von Sano gegeben.



ARIA (ital. warme Luft) ●●○



Finnen nehmen traditionell schon Säuglinge mit in die Sauna. Auch bei Kindern bewirken die Wechselreize zwischen warm und kalt eine bessere Durchblutung. Saunakinder erkranken erheblich seltener an Atemwegserkrankungen und anderen Infektionskrankheiten wie Bronchitis, Asthma und Grippe. Aria bietet kleinen Gruppen aus Kindertagesstätten und Schulen die Möglichkeit, zu bestimmten Zeiten den Wellnessbereich im Energy Fitness zu nutzen.

TURBINIO (ital. Wirbel) ●●○



Wie viele Wirbel hat unser Rücken? Turbinio ist ein speziell für Kinder ausgerichtetes Rückentraining, welches in seinen Qualitätskriterien sogar den strengen Anforderungen der gesetzlichen Krankenkassen entspricht und somit von diesen Einrichtungen unterstützt wird. Mit dem Körperbewusstsein und dem Erlernen richtiger Ausführung von Alltagsbelastungen können Spätfolgen schon im Kindesalter vermieden werden.

CURA (ital. Fürsorge)



Auch Babies mit Kleidergröße 52 finden im Energy Fitness ihren Platz. Durch eine ausgebildete Kinderpflegerin werden die Kleinsten betreut und den übrigen Familienangehörigen wird der Freiraum geschaffen, den sie für Ihre Betätigung im Energy Fitness benötigen.

FIESTA (Geburtsfeier) ●●●○



Einmal mit seinen Freunden die große Sause machen. Gesundes Essen, Spiele, Spaß – und alles ohne Eltern und mit professioneller Betreuung und Animation. Der etwas andere Kindergeburtstag.

