

Kids Gym Actief

Iedereen wil zich graag fit voelen en tevreden zijn met zichzelf, maar niet voor iedereen is dat zo vanzelfsprekend. Eén op de zes meisjes en één op de zeven jongens in Nederland is te zwaar. Kids Gym Actief is een cursus voor kinderen en ouders die zich richt op een leefstijl met genoeg beweging en gezond en lekker eten. De cursus bestaat uit sportieve activiteiten en themabijeenkomsten.

Voor

Kids Gym Actief is een programma voor kinderen met (dreigend) overgewicht. Er is een speciaal programma gericht op kinderen van 4 t/m 7 jaar en een programma gericht op kinderen van 8 t/m 12 jaar. Ouders worden bij de bijeenkomsten betrokken.

Opzet

- Multidisciplinaire begeleiding van 3 maanden door een diëtiste, fysiotherapeut en orthopedagoge.
- Bij de start van Kids Gym Actief wordt er een intake door de diëtiste en fysiotherapeut afgenomen om:
 - * het lichaamsgewicht te bepalen;
 - * de conditie te meten;
 - * het eetpatroon door te nemen;
 - * een stappenplan te maken.
- Onder begeleiding van de fysiotherapeut worden er 12 gevarieerde beweeglessen gevolgd.
- Er worden themabijeenkomsten gegeven voor de kinderen en voor hun ouders onder begeleiding van de diëtiste en orthopedagoge.

Kosten

Leden Pantein Extra: € 70,00 per persoon.

Niet leden: € 75,00 per persoon.

Wanneer

Bij voldoende aanmeldingen wordt het programma voor de groep kinderen van 4 t/m 7 jaar en voor de groep kinderen van 8 t/m 12 jaar gestart in het voor- en najaar.

Plaats: Cuijk, Boxmeer, Grave, Oss, Uden, Veghel.

Meer informatie

Wilt u meer informatie over deze cursus, bel dan met 0900-8803, optie 5.