

## Angebot für Jugendliche

### **Turnsaal als Klettergarten für Jugendliche**

Dauer: 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 190

### **Boot Camp** (6-8 Übungsstationen - im Freien oder auch im Turnsaal möglich)

Dauer: 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 160



### **Schnuppereinheit Smovey**

Dauer: 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 130, jede weitere Stunde € 110

### **Zumba Teens**

Dauer: 4 x 1 Stunde + Aufführung, max. 25 Kinder

Kosten: € 410, jede weitere Stunde € 95

### **Stepp for Teens**

Dauer: 1 Stunde oder mehrmals im Jahr, max. 15 Kinder

Kosten: € 140, jede weitere Stunde € 100

### **Selbstverteidigung für Jugendliche**

Dauer: 5 x 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 490, jede weitere Stunden € 120

### **Hip Hop mit Zumba Elemente für Teens**

Dauer: 4 x 1 Stunde + Aufführung, max. 25 Kinder

Kosten: € 360, jede weitere Stunde € 110

**Kaizen Dance** (afrikanischer Tanz in Kombination mit Koordination, Rhythmus und Bewegung, der Körper und Seele verbindet)

Dauer: 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 160, jede weitere Stunde € 120

### **Sexualkunde für Jugendliche**

Dauer: 2 Stunde, max. 25. Kinder

Kosten: € 150

### **Schnuppereinheit Nordic Walking**

Dauer: 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 120, jede weitere Stunde € 110

### **Teakwondo**

Dauer: 1 Stunde oder mehrmals im Jahr, max. 25 Kinder

Kosten: € 120, jede weitere Stunde € 110

### **Merk- und Lerntechniken für Schüler**

Dauer: 2 x 1 Stunde, max. 25 Kinder

Kosten: € 180, jede weitere Stunde € 90

### **Töpfern**

Dauer: 1,5 - 2 Stunde, max. 15 Kinder

Kosten: € 220 (inkl. Tonmaterial und Brennen)

### **Lebensmittelrally durch den regionalen Supermarkt inkl. Zubereitung von Obst und Gemüse**

Dauer: 2 Stunde, max. 20 Kinder

Kosten: € 270 (inkl. Lebensmittel)

### **Kleine Lebensschule für Jugendliche (Selbstbild und Selbstdarstellung)**

Dauer: 2 Stunde, max. 15 Kinder

Kosten: € 180, jede weitere Stunde € 100

### **Zubereitung von grünen und roten Smoothies**

Dauer: 1 Stunde, max. 25. Kinder

Kosten: € 170 (inkl. Obst und Gemüse)

### **Dance Fitness inkl. Choreographien (für die Hauptschule)**

Dauer: 1 Stunde, max. 25. Kinder

Kosten: € 150, jede weitere Einheit € 110

**CrossFit Teens**

Dauer: 1 Stunde, max. 25. Kinder

Kosten: € 130, jede weitere Einheit € 90

**Sicher im Netz**

Dauer: 1 Stunde, max. 25. Kinder

Kosten: € 220

**Unsere Angebote können individuell angepasst, erweitert und je nach Bedarf wiederholt werden.**

**Die Kosten sind exkl. Kilometergeld der TrainerInnen zu verstehen.**

**Mag.<sup>a</sup> Roxana Penkov**

*Projektmanagement*

**IGuS**

Institut für Gesundheits- und Sozialkompetenz

Kammerbergstraße 1

4613 Mistelbach

**Mobil 0664/ 452 33 66**

[penkov@igus.or.at](mailto:penkov@igus.or.at)

[www.igus.or.at](http://www.igus.or.at)