



AUSPOWERN AUF DEM MINI TRAMPOLIN

Hüpfen macht nicht nur Spaß - es macht stark! Auf dem Mini-Trampolin trainieren Kinder spielerisch ihren Körper und bauen innere Stärke auf.

FÜR KINDER

Toben, lachen, hüpfen - dabei Koordination, Muskeln und Resilienz stärken. Eine Powerparty voller Mut, Energie und Freude, die auch im Alltag trägt.

FÜR ELTERN

Weniger Sorgen, mehr Gelassenheit. Kinder lernen, mit Frust und Stress umzugehen, werden mutiger und ausgeglichener - dies sorgt für mehr Ruhe und Vertrauen im Familienleben.



DAS TRAINIERT DEIN KIND...

SELBSTSICHER UND KLAR AUFZUTRETEN

KONFLIKTE GEWALTFREI UND EIGENSTÄNDIG ZU LÖSEN

EIGENE STÄRKEN ZU ERKENNEN UND GEZIELT EINZUSETZEN

MUTIG FÜR SICH SELBST UND ANDERE EINZUSTEHEN

Unser Angebot kombiniert das bewährte Konzept „Stark auch ohne Muckis“ mit Bewegungseinheiten rund um das Mini-Trampolin. So stärken wir Kinder ganzheitlich - mental, emotional und körperlich - gerne auch familienbegleitend.

Wir bieten Kurse für verschiedene Altersgruppen an und helfen, den passenden Kurs für jedes Kind zu finden. Zusätzlich kann unser Programm auch direkt in Schulen und Kitas durchgeführt werden. Bei Fragen melden Sie sich gerne per WhatsApp oder telefonisch bei uns.

INFOS PER WHATSAPP

Bei Diana: 0172 529 62 10
www.metz-vital-ennepetal.de



LÖWENMUT

**"ICH BLEIBE RUHIG UND ENTSPANNT,
DENN IN DER RUHE LIEGT DIE KRAFT!"**



Mit spielerischem Resilienztraining fördern wir Selbstvertrauen, Achtsamkeit und Zusammenhalt. So lernen Kinder von 4-14 Jahren, stark und mutig durchs Leben zu gehen - zuhause, in der Schule und überall.

Metz Vital 
Bergstr. 4-6, 58256 Ennepetal



