



Karlsruhe
gemeinnützige GmbH

19.03.2018

PRESSEMITTEILUNG

Kurs im AWO Haus der Familie: Oriental Fitness für Frauen

Karlsruhe. Das Fitness -und Bewegungsprogramm „Oriental Fitness“ ist verbunden mit einer Einführung in den Orientalischen Tanz und bietet ein tänzerisches Körper- und Bewegungstraining von Kopf bis Fuß. Zwischen Spannung und Entspannung erleben wir unseren Körper auf neue Weise. Die unterschiedlichen Bewegungsabläufe mit Koordinationsübungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar, denn kaum genutzte Muskeln werden allmählich wieder mobilisiert, Verkrampfungen werden sanft gelöst, Muskeln werden geschmeidiger und gelenkiger, die Koordinationsfähigkeit verbessert sich nachhaltig. Ein entspanntes, aber dennoch forderndes Fitnessstraining zu orientalischer Musik! Dieser etwas andere Fitness-Kurs spricht Frauen aller Altersstufen an! Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, ggfs. Gymnastikschläppchen, ein Tuch/Schleier für die Hüften und etwas zu Trinken. Der fünfteilige Kurs startet am Freitag, den 06.04.2018 und findet zwischen 18.00-19.00 Uhr im AWO Zentrum, Haus der Familie, Kronenstr. 15. Information und Anmeldung: Tel.: 0721 35007-122, E-Mail: hdf@awo-karlsruhe.de, weitere Informationen zum Kursangebot finden Sie auch auf: www.awo-kurse-karlsruhe.de



Echt AWO. Seit 1919.
Erfahrung für die Zukunft.

Ansprechpartnerin für Journalist*innen:

Somajeh Noheh-Khan

Unternehmenskommunikation

AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH

Rahel-Straus-Straße 2

76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 35007-168

Fax: 0721 350076 – 170

Mail: s.noheh-khan@awo-karlsruhe.de

Die AWO ist einer der sechs Spitzenverbände der Freien Wohlfahrtspflege in Deutschland und hat bundesweit 65.629 Mitarbeiter*innen. Die AWO in Karlsruhe verfügt über ein großes Dienstleistungsangebot, das in einer gemeinnützigen GmbH organisiert ist. Wir bieten in der Fächerstadt in über 75 Einrichtungen eine große Auswahl sozialer Dienstleistungen an. Rund 1500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten, unterstützen und begleiten Menschen in allen Lebenslagen, wie z. B. in Kindertagesstätten, in Seniorenzentren, in Tagespflegeeinrichtungen für Senior*innen, im Bereich der Jugend- und Wohnungslosen – oder in der Suchthilfe. In den Bereichen Pflege, Hauswirtschaft und Erziehung stehen mehr als 90 Ausbildungsplätze zur Verfügung. Bei der Arbeit legen wir großen Wert auf moderne, fachlich fundierte Konzepte und eine hohe Dienstleistungsqualität. Dabei kommt uns unser hervorragendes Qualitätsmanagementsystem zugute mit dem wir unsere Managementsysteme nach DIN EN ISO 9001 und dem AWO-Tandem-Konzept jährlich überprüfen und weiterentwickeln. **Detailinformationen über die Angebote des AWO Kreisverbandes Karlsruhe-Stadt e.V. / der AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH finden Sie auf unserer Internetseite:**
<http://www.awo-karlsruhe.de/awo-karlsruhe.html>