

Mobile legt neues Programm vor

Mischung aus Bewährtem und Neuem / Für jedes Alter etwas dabei

Von Kim Gallop

Pattensen. Der Verein Mobile, Trägerverein des Mehrgenerationenhauses in Pattensen, legt das neue Programm für Herbst 2017 vor. „Es ist eine gesunde Mischung aus Bewährtem und neuen Angeboten“, sagt Elke Eicke, 3. Vorsitzende und Programmverantwortliche bei Mobile.

Im Bereich Elternschule finden sich die meisten neuen Angebote. Dazu gehören zum Beispiel der Geburtsvorbereitungskurs

„Schwanger und Fit“ (ab 9. August) sowie die Rückbildungsgymnastik „Training Postnatal“ (ab 4. September). Die Angebote werden von Hebamme Mary Tano-Wege-ner geleitet und richten sich an Frauen, die besonderen Wert auf Fitness und Beweglichkeit legen.

An alle Interessierten richtet sich ein etwas ungewöhnliches Angebot, das den schönen Titel „Take a smile – Lachyoga für Groß und Klein ab 5 Jahre“ trägt (19. und 26. Oktober). Nach der Devise „Lachen ist die beste Medizin“ will Gudrun Unger die Lachmuskeln trainieren. Trainerin und Organisatoren hoffen, dass dieses neue Angebot – das ein Schnupperkurs für Eltern oder Großeltern mit Kindern sein soll – auch angenommen wird und ein regelmäßiger Bestandteil im Programm wird. Eicke selbst hat Lachyoga schon ausprobiert. „Das ist wirklich sehr witzig“, sagt sie.

Wer es bis zur Adventszeit kaum mehr erwarten kann oder gerne frühzeitig tätig wird, der könnte sich bei dem neuen Angebot „Kreatives Basteln mit Stempel und Papier“ (15. November) anmelden. Aneta Meyer zeigt, wie

weihnachtliche Karten und kreative Geschenckverpackungen geschaffen werden. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn begrenzt.

An Ältere richtet sich der Kurs „Entspannungsgymnastik für Senioren“ (ab 8. September). Dieses Angebot, das von Helga Wolff in Kooperation mit der SpVg Hüpede-Orte geleitet wird, ist als eigenständiges Element oder als Ergänzung zu dem im Programm laufenden Kurs „Fit bis ins hohe Alter“ (ab 15. August) zu sehen. Übungsleiterin Wolff will den Teilnehmern ein leichtes Bewegungsprogramm mit anschließendem Entspannungsteil vermitteln.

Für den „Buggy-Workout“ stan-

den bei Drucklegung des Programmbüchtes noch nicht alle Einzelheiten fest. Inzwischen ist aber klar, dass das beliebte Fitnessstraining für Frauen mit Babies bei Trainerin Natascha Heine ab 29. August läuft. Immer dienstags ab 10.30 Uhr treffen sich die Teilnehmerinnen am Mehrgenerationenhaus (MGH), Göttinger Straße 25a.

Das frisch gedruckte Programmheft liegt im MGH, in Banken, Sparkassen, Bäckereien und Kindergärten aus. Das gesamte Angebot steht unter www.mobile-pattensen.de im Internet. Wer weitere Fragen hat, erreicht die Mitarbeiter von Mobile per Telefon unter der Nummer (051 01) 1090 30.

HAC v. 8.8.17



Liegt druckfrisch vor: Das Mobile-Programm.

FOTO: GALLOP