

# Mehr Bewegung für Kinder

## Fortbildung der Sportjugend und »Kids vital«

**Kreis Herford (LZ).** Im Rahmen des bundesweiten Projekts »Besser essen. Mehr bewegen« bietet die Sportjugend Herford in Zusammenarbeit mit »Kids Vital« im Kreis Herford eine Fortbildung an. Angesprochen sind neben Jugend- und Übungsleitern auch Erzieher und Lehrer. Das Thema lautet Bewegung und Ernährung im Grundschulalter.

»Das Thema verlangt umsetzbare Strategien im Verein und in der Schule«, sagt Anja Gerke von der Sportjugend. Eine kindgerechte Vermittlung sei gefragt, wenn es darum gehe, Kinder zur Bewegung

zu animieren und sie zu einem gesunden Umgang mit ihren Körper zu bewegen. Bewegung sei ein entscheidender Faktor in der gesunden Entwicklungsförderung.

In der Fortbildung am Samstag, 15. August, in der Zeit von 9 bis 17 Uhr in Herford stehen der Spaß durch kreative Spiel- und Sportangebote, Entspannungsmethoden und die gesunde Kinderküche im Vordergrund. Interessierte können sich montags und donnerstags bei der Sportjugend Herford, ☎ 0 52 21 / 13 14 98, oder per E-Mail unter [anja.gerke@kreis-herford.de](mailto:anja.gerke@kreis-herford.de) anmelden.