



# Eltern-Kind-Zentrum Kundl Breitenbach

Dr.-Franz-Stumpf-Straße 20, 6250 Kundl

☎ 05338 6383

www.ekiz-kundl.at ✉ ekiz@kundl.at

## Veranstaltungsprogramm Herbst/Winter 2017



**Wir bedanken uns für die Unterstützung bei der**  
Marktgemeinde Kundl, Gemeinde Breitenbach, Tiroler Landesregierung, Abt. IVa, Vc,  
dem Verein der Selbstorganisierten Kindergruppen und dem kath. Bildungswerk

# Wochenprogramm im EKiz Kundl – Breitenbach

## **MONTAG** **Babytreff für Kinder bis zu 1½ Jahren MIT Geschwister**

mit DGKS [Barbara Oberhuber](#) oder mit Hebamme [Barbara Marksteiner](#) im EKiz, Kundl  
Information und Beratung beim Stillen und bei Ernährungsfragen, Einführung von Beikost und Abstillen, Gewichtskontrolle, sowie Erfahrungsaustausch zwischen den Müttern.  
Einzelberatung nach tel. Absprache: Barbara K. 0660 657 36 69 oder Barbara M. 0676 745 53 18  
Termin: montags von 09:30–11:00 Uhr  
Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder  
Anmeldung: ohne

## **Singen, Klatschen, Musizieren für Kinder von 3 -6 Jahren**

mit Krippenpädagogin [Christina Larch](#) im EKiz, Kundl  
Rhythmus, Bewegung sowie Kennenlernen von Instrumenten sind Bestandteile der musikalischen Früherziehung.  
Termin: ab 18. September von 14:00-15:00 Uhr  
Kosten: 36,- € für 6 Einheiten  
Anmeldung und Auskunft: Christina 0676 362 34 99 oder christinalarch@gmx.at

## **Zumba**

mit [Claudia Welker](#) im EKiz Turnsaal, Kundl  
Termin: ab 18. September von 16:30-17:20 Uhr für 5-8jährige  
17:30-18:20 ab 9 Jahren  
Kosten: 40,- € für 8 Einheiten  
Anmeldung: bei Claudia Welker 0660 767 51 59

## **Geburtsvorbereitungskurs für Frauen und Paare**

mit Dipl. Hebamme [Veronika Rom-Erhard](#) im EKiz, Kundl  
Schwangerschaft, Geburt, Stillen, Babypflege, Wochenbett und das Leben mit dem Baby  
Termin: montags von 19:00–20:30 Uhr, Einstieg jederzeit möglich  
Kosten: 60,- € für 5 Einheiten  
Anmeldung: bei Veronika 0664 585 76 00

## **DIENSTAG** **Offener Treffpunkt für 1½ - 4jährige**

mit Kinderkrippenerzieherin [Gitti Seebacher](#) im EKiz, Kundl  
Termin: jeden Dienstag außer an Feier- und schulfreien Tagen von 14:30-16:30 Uhr  
Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder  
Anmeldung: ohne

## **Schwangerschaftsturnen ab der 20. Woche**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#) im EKiz, Kundl  
Termin: dienstags von 19:00 –19:50 Uhr  
Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 10 Einheiten, Einzelstunde 8,- €  
Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

## **Rückbildungsgymnastik und Beckenbodentraining**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#) im EKiz, Kundl  
unterstützt die Rückbildung nach Schwangerschaft bzw. Geburt und dient der Vorbeugung und Minderung von Inkontinenz und Rückenschmerzen  
Termin: nur nach Vereinbarung von 18:00–18:50 Uhr  
Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten  
Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

## **Babymassagekurs ab der Geburt bis zum 4. Monat**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#) im EKiz, Kundl  
Termin: nur nach Vereinbarung  
Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten  
Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

## DIENSTAG

### Kangatraining - Dein bestes Workout in Geborgenheit

mit Heidi Kaiser im EKIZ, Kundl

Du wirst fit, dein Baby macht mit! Kangatraining stärkt dein Herz-Kreislaufsystem und deine Muskulatur, kräftigt den Beckenboden, verbessert deine Haltung und Koordination, beruhigt dein Baby und macht Spaß!

Termin: ab 19. September von 9:00 - 10:00 Uhr

Kosten: 8 Einheiten für 95,- €

Anmeldung: Heidi Kaiser, 0664 124 88 39 oder heidi@kangatraining.at

Weitere Informationen: [www.kangatraining.at/trainerinfo/1619](http://www.kangatraining.at/trainerinfo/1619)

### Elterntreff für junge Mamas und/oder Papas mit ihren Babys

mit Krippenpädagogin Nina Hofer im EKIZ, Kundl

Hier bietet sich die Möglichkeit, bei einem gemütlichen Kaffee oder Tee Erfahrungen auszutauschen.

Termin: dienstags von 9:00 – 11:30 Uhr

Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung: ohne

## MITTWOCH

### Meditations-Abend

mit Angelika Buchmüller im EKIZ, Kundl

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit in die Stille mit Ruhe, Entspannung und Gelassenheit.

Termine: 13. September, 11. Oktober, 15. November, 13. Dezember von 19:00 - 20:15 Uhr

Kosten: 11,- € pro Abend

Anmeldung und mehr Infos: bei Angelika Buchmüller 0664 7508 5195 oder [info@allinone.tirol](mailto:info@allinone.tirol)

### Mama-Baby Yoga

mit Jasmin Pirchmoser im EKIZ, Kundl

Körperübungen für die Mama und spielerische Dehnübungen und Massage für das Baby

Termin: 1. Block ab 04. Oktober, 2. Block ab 08. November von jeweils 15:00-16:00 Uhr

Kosten: 11,- € pro Einheit (5er Block)

Anmeldung: im EKIZ oder unter [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## DONNERSTAG

### Offener Treffpunkt für 1½ – 4jährige

mit Erzieherin in Kinderkrippen, Montessori und NLP Ausbildung Gitti Seebacher im EKIZ, Kundl

Termin: jeden Donnerstag außer an Feier- und schulfreien Tagen von 9:30–11:30 Uhr

Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder

Ohne Anmeldung

### Mutter-Eltern-Beratung der Landessanitätsdirektion

mit Dipl. Hebamme Veronika Rom-Erhard im EKIZ, Kundl

Termin: jeden 4. Donnerstag im Monat von 14:00–16:00 Uhr

Kosten: gratis

Anmeldung: ohne

## EKIZ Öffnungszeiten

alle Gruppen: 7:00 – 17:00 Uhr mit Mittagstisch

Informationen zur Kinderbetreuung im Büro oder per Mail ([ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at))

**Büro:** Maria Frisch und Christine Hörhager  
Montag bis Donnerstag von 08:00 - 12:00 Uhr

**Mitgliedsbeitrag für das Jahr: 22,- € (September – August)**

Bankverbindung: Raiffeisenbank Kundl

IBAN: AT84 3626 7000 0005 1441 BIC: RZTIAT 22267

# WORKSHOPS im EKiz Kundl – Breitenbach

## Elternkurs – liebevoll Erziehen

mit Dipl. Elterncoach [Christa Gugglberger](#)

Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenz und Förderung der Zufriedenheit im Familienalltag.

Termine: 26.09.2017, 03.10.2017, 10.10.2017 oder 17.10.2017 um 19:30 Uhr

Kosten: 48,- €

Anmeldung: im EKiz oder unter [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## Elternvortrag: Kinder emotional stärken – Bausteine für eine gesunde Eltern-Kind-Beziehung

mit Dipl. Erziehungswissenschaftlerin/ Dipl. Lebens- und Sozialberaterin [Sonja Brandauer](#) im EKiz, Kundl

Stärken Sie Ihre persönliche Erziehungskompetenz, damit Ihr Kind zukünftigen Herausforderungen mit Sicherheit und Zuversicht begegnen kann. Eine gesunde Bindungsentwicklung bildet die Basis für ein glückliches Beziehungserleben sowie unsere psychische Gesundheit, auch im Erwachsenenleben.

Termin: 14.11.2017 um 19:30 Uhr

Kosten: 12,- €

Anmeldung: im EKiz oder unter [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## Yoga

mit Yogalehrerin [Caroline Demetz](#) (500 hrs RYT) im EKiz, Kundl

Stressausgleich durch lebendige und abwechslungsreiche Yoga-Einheiten für Anfänger und Fortgeschrittene.

Termine: 15. + 16. September, 13. + 14. Oktober, 17. + 18. November, 12. + 13. Jänner

immer freitags von 18:30-20:00 Uhr und samstags von 09:00-10:15 Uhr oder 10:45-12:00 Uhr

Kosten: 15,- € pro Einheit

Anmeldung und mehr Infos bei Caroline Demetz 0699 171 981 26 oder [office@mindful-yoga.at](mailto:office@mindful-yoga.at)

## Tipps für liebevolle Erziehung

mit Kinderkrippenerzieherin und Trainerin für liebevolle Erziehung [Evi Steiner](#) im EKiz, Kundl

Sie erlernen konkrete Strategien und Tricks zur Bewältigung von Wutanfällen, Schlafproblemen, usw.

Zudem besprechen Sie in einem Einzelgespräch Fragen zur Erziehung und Alltagsbewältigung.

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: 30,- € für eine Stunde

Anmeldung: bei Evi 05338 6383-13

## Anonyme psychologische Beratung

mit Psychologin Mag. [Viola Schenkenfelder](#) im EKiz, Kundl

Bei Problemen und Konflikten jeder Art (Scheidung, Schule, Drogen, Essstörungen, ...)

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: Erstgespräch gratis

Anmeldung: Viola 0699 11 88 40 70

## Erste-Hilfe-Kurs für Kleinkinder

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ im EKiz, Kundl

Termine: 4.10. und 11.10. von 18:00 – 22:00 Uhr

Kosten: 45,- €

Teilnehmer: mindestens 10 / maximal 16

Anmeldung: direkt im EKiz oder unter [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## Stoffwindelberatung

mit [Sabine Steinlechner](#) im EKiz, Kundl

Moderne Wickelsysteme zum Angreifen und Informationen rund ums Thema Stoffwickeln.

Termin: 25.09.2017 oder 13.11.2017 um 19:00-21:00 Uhr

Kosten: 15,- € pro Abend

Anmeldung: bei Sabine 0660 772 24 63

## Mawiba (Mama-Baby-Tanz)

mit [Sabine Steinlechner](#) in Kundl Dr. Hans-Bachmann-Straße 54 (neben Elektro Ruppreechter)

Sanftes Training und Spaß für Mamas, die mit ihren Babys in einer Tragehilfe zu beckenbodenaktivierenden Choreographien tanzen (Tragehilfen zum Leihen vorhanden).

Termin: ab 06. Oktober von 09:15-10:15 Uhr

Kosten: 6-Wochen-Kurs 75,- € / einzelne Einheit 15,- €

Anmeldung: bei Sabine 0660 7722463 oder unter [ssteinlechner@mawiba.net](mailto:ssteinlechner@mawiba.net)