

Sehr geschätzte Kundinnen und Kunden von „Kinderland Luzern“,

**Ab 4. September** ist „Kinderland Luzern“ nach langer Sommerpause wieder für Sie und Ihr Kind startbereit.

**Ein neuer Wochenplan** wurde mit einigen neuen Angeboten erstellt. Sie können die Einzelheiten in der heutigen Newsletter oder auf der Homepage entnehmen.

Für Fragen können Sie mich auch jederzeit telefonisch erreichen.

Bis bald wieder im „Kinderland Luzern“, Horw.

Katja Sciarmella  
Geschäftsleitung



Kinderland Luzern  
Katja Sciarmella GmbH  
Bahnhofstrasse 2  
6048 Horw

078 854 00 65  
katja@balance-yourself.ch

www.kinderlandluzern.ch

### START - Kurse und Kaffee-Lounge mit Indoor-Spielplatz

**Ab 4. September 2017 wieder für Sie offen:**

- **Kaffee-Lounge mit Indoor-Spielplatz** jeden Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr - ausser Schulferien.
- Alle **Kurse** starten wieder gemäss Wochenplan. Anmeldung erwünscht.
- Für **Einzeltermine** bin ich jederzeit telefonisch erreichbar.

### ÜBERSICHT - Kurse u. Einzelangebote

<b>Schwangerschaft:</b>	ayurvedische Schwangerschafts-Massage <b>NEU</b> Ernährung in der Schwangerschaft Schwangerschafts-Yoga <b>NEU</b>
<b>Baby:</b>	Rückbildungs-Yoga mit Baby <b>NEU</b> Babymassage Babymassage Treffen 1x pro Monat <b>NEU</b> Mami & Baby Zeit bis 1 J. Sing & Bewegung im Krabbelalter Babyzeichensprache
<b>Kleinkind ab 15 Mt:</b>	Bastel-Atelier 1x pro Monat <b>NEU</b> Sing & Tanz Plausch 1 - 3 J. Eltern-Kind Massage Cantiamo e balliamo in italiano
<b>Kinder ab 3 J.:</b>	Kids Dance MUKI Hip Hop (für Mutter u. Kind !!) <b>NEU</b> Eltern-Kind Massage
<b>Eltern mit Kind oder Kinderbetreuung:</b>	Yoga schmerzfremde Bewegungslehre von Kopf bis Fuss <b>NEU</b> Energie tanken mit Meridian-Dehnübungen

**Kurse finden nur bei mind. 3 bzw. 4 Teilnehmer statt.**

### NEU schmerzfremde Bewegungslehre von Kopf bis Fuss

**Muskuläre Schmerzen durch ständiges Tragen, nach vorne gebeugte Haltung, mangelnde Bewegung oder andere Schmerzen ???**

**Schmerzen im Bereich Kopf, Nacken, Schultern, Rücken, Arme, Becken, Beine und Füße ??**

So können Sie Ihre Schmerzen ohne Medikamente beseitigen und bewusst vermeiden:

Durch mehr Körperbewusstsein wird die Haltung optimiert und Spannungsschmerzen gelöst. Mit Faszien-Rollmassage wird das Bindegewebe auf die Übungen vorbereitet. Die schmerzfremden Bewegungsübungen ermöglichen mehr Beweglichkeit im ganzen Körper. Jeder Muskel wird anatomisch korrekt bewegt und nachhaltig richtig gekräftigt.

Fehlhaltungen und Schmerzen werden so für immer beseitigt. Akute sowie auch chronische Schmerzen können ohne Medikamente und Operationen eliminiert werden.

Probieren Sie es aus. Kontaktieren Sie mich gleich für weitere Infos:

Katja Sciarmella, Zertifizierte Schmerztherapeutin nach LnB  
078 854 00 65

### NEU monatliche Treffen

**Einmal pro Monat jeweils Dienstag um 10.30 bis 11.30. Anmeldung erforderlich.**



**Babymassage:** wir treffen uns 1x pro Monat, um die Babymassage-Griffe zu wiederholen und uns auszutauschen.

**Bastel-Atelier:** einmal im Monat ist das Bastel-Atelier offen und es wird zu einem bestimmten Thema gebastelt und gemalt. Für Kinder ab 18 Mt bis 3 J. mit Begleitung.



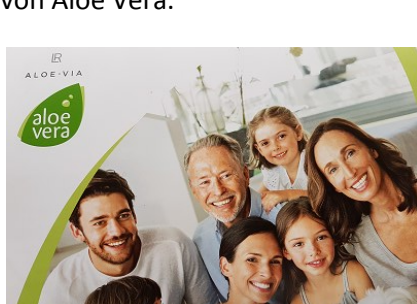
### ALOE VERA - Testprodukte für die ganze Familie

**Donnerstag, 14. September 2017, 15.00 bis 17.00 Uhr**

**oder jederzeit nach Vereinbarung.**

Gerne präsentiere ich Ihnen die neue Linie von Aloe Vera.

Gesichtspflege  
Körperpflege  
Zahnpflege  
SOS-Pflege für alle Fälle  
Babypflege  
Haarpflege  
Männerpflege  
Sonnenschutz



Die Produkte können vor Ort getestet werden und ein feines Aloe Vera Getränk wird dazu offeriert.

Falls keine Newsletter mehr gewünscht wird, senden Sie bitte eine E-Mail an

[katja@balance-yourself.ch](mailto:katja@balance-yourself.ch).

Fragen oder Feedbacks? Senden Sie eine E-Mail an [katja@balance-yourself.ch](mailto:katja@balance-yourself.ch) oder rufen

Sie uns an unter **078 854 00 65**. Besten Dank.