



# Eltern-Kind-Zentrum Kundl Breitenbach

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

☎ 05338 / 6383

🌐 [www.ekiz-kundl.at](http://www.ekiz-kundl.at) ✉ [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## VERANSTALTUNGEN

Herbst 2019/Winter2020



**Das EKiz bedankt sich 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 im EKiz für Kinder bis zu 1½ Jahren MIT Geschwister**

mit DGKS [Barbara Oberhuber](#) oder mit Hebamme [Barbara Marksteiner](#)

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 9:30–11:00 Uhr

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

Anmeldung: keine

### **Geburtsvorbereitungskurs für Frauen und Paare**

mit Dipl. Hebamme [Veronika Rom-Erhard](#)

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 und Infos: bei Veronika (0664 585 76 00)

### **„FEBSN“ – Reitpädagogische Betreuung für pferdeverrückte Kinder ab 3 Jahren am Bauernhof**

Mit Kindergartenpädagogin und Reitpädagogin [Maria Seebacher](#)

Termine: 5x ab Montag, 16. September von 15:00-16:00 Uhr

Kosten: 15,- € pro Einheit/ 75,- € für alle 5 Termine (max. 5 Kinder pro Kleingruppe)

Anmeldung und Infos: bei Maria Seebacher (0664 423 20 88)

## ..... DIENSTAG .....

### **Offener Treffpunkt im EKiz für 1½ - 4 Jährige**

mit Krippenpädagogin, Montessori und NLP Ausbildung [Gitti Seebacher](#)

Termin: jeden Dienstag außer an Feier- und schulfreien Tagen von 14:30-16:30 Uhr

Kosten: pro Kind ab 1,5 Jahren 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung: keine

### **Singen – Tanzen – Musizieren für 3-6 Jährige**

mit Elementarer Musikpädagogin und Kindergartenpädagogin [Magdalena Zeisler](#)

Mit unserem Körper und unseren Sinnen erleben und entdecken wir Musik,

Bewegung und Rhythmus. Auf sehr vielfältiger Weise werden die Kinder zum

Experimentieren und Improvisieren geführt und motiviert.

Der Spaß soll dabei

immer an erster Stelle stehen!

Termine: 6x 50 min. Dienstag 15:00 Uhr (8.10. – 12.11.2019)

Kosten: 36,- pro Kind für alle 6 Treffen

Anmeldung und Infos: [Magdalena, m.zeisler@gmx.at](mailto:Magdalena, m.zeisler@gmx.at), Telefon von 8:00-11:00 Uhr: 05338/638318

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

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Termin: dienstags von 19:00 –19:50 Uhr

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 10 Einheiten, Einzelstunde 8,- €

Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 0)

### **Rückbildungsgymnastik und Beckenbodentraining**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

unterstützt die Rückbildung nach Schwangerschaft bzw.

Geburt und dient der Vorbeugung

und Minderung von Inkontinenz und Rückenschmerzen

Termin: Start 10.Sept. 18:00–18:50 Uhr

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten

Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 05)

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

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Termin: 10. Sept. 9 – 11 Uhr

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten

Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 05)

## ..... MITTWOCH .....

### **Eltern-Kind Gruppe am Bauernhof für Kinder von 2-3 Jahren mit Eltern**

Mit den Kindergartenpädagoginnen und Reitpädagoginnen [Maria Seebacher](#) und [Verena Prosch](#)

Spielerisch und mit allen Sinnen den Bauernhof und seine Tiere kennenlernen!

Termin: ab Mittwoch, 18. September von 14.30 – 16.00 Uhr (Parken bei Obstverwertung Liesfeld)

Kosten: 60,- € für 6 Einheiten für Elternteil + Kind

Anmeldung und Infos: Maria (0664 4232088)

## Buggyfit

mit Dipl. Hebamme **Theresa Rinnergschwentner**  
Spaß und Bewegung an der frischen Luft mit deinem Kind  
gemeinsam mit anderen Mamas.  
Nach abgeschlossenen Rückbildungskurs.  
Termin: von 10:00-11:00 Uhr / Einsteigen jederzeit möglich  
Kosten: 50,- € für 10 Einheiten  
Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 05)

## Krabbelfit

mit Dipl. Hebamme **Theresa Rinnergschwentner**  
Kleines Workout für die Mama und Krabbelspaß für die Babys  
mit reichlich Information und Beratung über Fragen rund ums  
Kind.  
Termin: von 14:00-15:00 Uhr / Einsteigen jederzeit möglich  
Kosten: 40,- € für 4 Einheiten  
Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 05)

## Fit durchs erste Babyjahr

mit Dipl. Hebamme **Theresa Rinnergschwentner**  
Weiterführende Kräftigung der Rumpf- und  
Beckenbodenmuskulatur im Anschluss an die Rückbildung.  
Termin: von 18:00-19:00 Uhr / Einsteigen jederzeit möglich  
Kosten: 50,- € für 5 Einheiten  
Anmeldung und Infos: Theresa (0650 527 20 05)

## Gesund & Fit ohne Druck – Hypopressives Training

mit Dipl. Hebamme **Theresa Rinnergschwentner**  
Workout ohne intraabdominalen Druck, Verbesserung der  
Körperhaltung, Stärkung der Bauch- und  
Beckenbodenmuskulatur, Reduzierung der Taille,  
Verbesserungen der Atemfunktion und mehr.  
Termine: Start 11. Sept. 19:00 Uhr  
Kosten: 120,- € für 10 Einheiten à 45 - 60 Minuten  
Anmeldung und Infos: bei Theresa (0650 527 20 05)

## ..... DONNERSTAG .....

### Offener Treffpunkt im EKiz für 1½ – 4 Jährige

mit Krippenpädagogin, Montessori und NLP Ausbildung **Gitti Seebacher**  
Termin: jeden Donnerstag außer an Feier- und schulfreien  
Tagen von 9:30–11:30 Uhr  
Kosten: pro Kind 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder  
Anmeldung: keine

### Mutter-Eltern-Beratung der

### Landessanitätsdirektion im EKiz-Untergeschoß

mit Dipl. Hebamme **Veronika Rom-Erhard**  
Termin: jeden 4. Donnerstag im Monat von 14:00–16:00 Uhr  
Kosten: gratis  
Anmeldung: keine

## Geburtstagsparty auf dem Bauernhof

mit Kindergartenpädagogin **Desiree Leistra** und **Anna-Lena Unterrainer**  
für Kinder, die ihren 4., 5., 6. oder 7. Geburtstag einmal ganz  
anders feiern wollen.  
3 Stunden den Geburtstag zu einem großen Abenteuer  
machen.  
Kosten: inkl. Geburtstagskuchen, Getränke und Jause 120,- €  
Anmeldung und Terminvereinbarung: Desiree Leistra  
(06606016303) und Anna-Lena Unterrainer (06765308775)

## Yoga In Achtsamkeit

mit Yogalehrerin und Mentaltrainerin **Christine Busch, DSA**  
Dieser Kurs ist eine Einladung aus dem Alltag auszusteigen  
und sich Zeit für sich zu nehmen.  
In dieser sanften Yogastunde für Anfänger und  
Wiedereinsteiger werden grundlegende Übungen und  
Techniken des  
Yoga vermittelt. Durch ihre genaue Ausrichtung sind sie  
rückenschonend und können zur Reduktion von Schmerzen  
und Verspannungen beitragen und kräftigend wirken. Das  
wiederkehrende Innehalten und der achtsame Blick auf  
dich selbst helfen dir dabei innere und äußere Stärke und  
Beweglichkeit zu entwickeln. Meditation, Atemübungen und  
eine abschließende Entspannung bringen dir die nötige Ruhe  
für den Abend.  
Termin: Start 05.09. 18:30 - 20:00 Uhr, wöchentlicher Kurs  
Kosten: Einzelstunde 14,- €, Schnupperblock 2er 20,- €, 10er  
Block 120,- €,  
Komm wann immer DU Zeit hast, dein Block ist bis Ende des  
Jahres gültig.  
Anmeldung und Infos: Christine Busch (0676 64 33 553 oder  
ch.busch@gmx.at)

## ..... FREITAG .....

### Zumba im EKiz-Turnsaal mit **Claudia Welker**

Termine: ab 20.9.2019, 7 Einheiten  
16:30 – 17:20 für 4-7 Jahren  
17:30 - 18:20 Uhr ab 8 Jahren  
Kosten: 40,- € für 7 Einheiten  
Anmeldung und Infos: bei Claudia (0660 767 51 59)

### Eltern-Kind-Gruppe von 1,5- 2,5 Jahre in Schaftenau

Mit Eltern-Kind-Gruppen Leiterin **Edith Untersberger**  
Termin: in Absprache mit Edith  
Kosten: 40,- € für 5 Treffen  
Anmeldung und Infos: Edith

## Workshops

### Tipps für liebevolle Erziehung

mit Kinderkrippenerzieherin und Trainerin für liebevolle Erziehung [Evi Steiner](#)

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 und Infos: bei Evi 05338 6383-13

### Yoga mit Yogalehrerin [Caroline Demetz](#) (500 hrs RYT)

Ist es an der Zeit, sich mal wieder richtig zu entspannen? Körper und Geist in Balance bringen?

Dann ist dieses Wochenende genau das Richtige! An beiden Tagen finden wirkungsvolle Yoga Einheiten statt. Schaffen Sie sich eine wohltuende Auszeit um neue Inspiration und Energie zu tanken.

Termine: 4.+ 5. Oktober, 15. + 16. November, 13. + 14. Dezember

Freitag von 18:30-20:00 Uhr Flow Yoga mit Headsets

Samstag von 09:00-10:15 Uhr Flow Yoga Beginner oder 10:45-12:00 Uhr Yin Yoga und Meditation

Kosten: Headset Yoga 20€ | Flow YOGA 17€ | Yin YOGA 17€

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

### Hebammensprechstunde mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Zeit um alle Fragen über Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach loszuwerden.

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: 50,- €

Anmeldung und Infos: [Theresa 0650 527 20 05](mailto:Theresa 0650 527 20 05)

### Gesprächsrunde für die Zeit vor und nach der Geburt mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Erfahrungsaustausch in der Kleingruppe um groß erscheinende Probleme klein zu machen.

Termin: dienstags von 16:30-17:30 Uhr

Kosten: 15,- € pro Stunde in der Gruppe

Anmeldung und Infos: [Theresa 0650 527 20 05](mailto:Theresa 0650 527 20 05)

### Geburtsvorbereitung kompakt – für Paare am Wochenende mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Information über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

Termin: 20. Sept. von 18:00-21:00 Uhr und 21. Sept. von 09:00-12:00 Uhr

Kosten: 150,- € gesamt

Anmeldung und Infos: [Theresa 0650 527 20 05](mailto:Theresa 0650 527 20 05)

### Erste-Hilfe-Kurs für Kleinkinder

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Teilnehmer: mindestens 10 / maximal 16

Termine: Mittwoch, 09. Oktober und Mittwoch, 16. Oktober 2019 von 18:00 – 22:00 Uhr

Kosten: 55,- € für Mitglieder; 65,-€ für Nichtmitglieder

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

### Sehen, riechen, hören und schmecken – mit allen Sinnen die Welt entdecken

Mit Ergotherapeutin [Martina Walch](#)

Termin: Freitag, 29.11.2019 und Freitag, 28.02.2020 jeweils von 14:00 – 18:00 Uhr

Kosten: 200,- €

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

### Öffnungszeiten für alle Gruppen: 7:00 – 17:00 Uhr mit Mittagstisch

Informationen zur Kinderbetreuung im Büro Mo – Do 8:00 -12:00 Uhr oder per Mail [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

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

Bankverbindung: Raiffeisenbank Kundl IBAN: AT84 3626 7000 0005 1441 BIC: RZTIAT 22267