

Move and Spirit - Bewegte Firmvorbereitung

in Kooperation mit der DJK



In der Verbindung von Bewegung und Impulsen nähern wir uns dem Thema: Gestärkt werden, entschieden Leben. Aspekte sind: meinen Standpunkt finden, Haltung einnehmen, Entscheiden, Gestärkt und Gehalten sein.

4 Treffen von ca. 90 Minuten

(walk and talk / ca. 5 km Walking mit thematischen Impulsen und Gespräch)

2 Workshop Tage (Sport und mehr: Kennenlernen und Einblicke in den wertorientierten Sportverband DJK (u.a. Schwerpunkt Inklusion), Kletterworkshop der DJK Sportjugend

Auftakt: Dienstag, 17.09.2024, 17.00 Uhr (walk and talk)

Weitere Termine Walk and Talk können in der Gruppe vereinbart werden – Vorschlag: 09.10., 11.11. und 05.12.2024

Workshop ggf. 26.10.2024 / 2 Workshops Dezember / Januar

Kosten: keine (ggf. 10 €)

Ort: Auftakt am 17.09.2024 (Parkplatz Weitmarer Holz / Blankensteiner Straße, weitere Orte werden in der Gruppe abgesprochen)

Maximale Teilnehmendenzahl:

15 Personen

gestärkt Firmvorbereitung
Bochum und Wattenscheid 24/25