



Kaiserswerther
Diakonie

Von hier aus helfen.

Unternehmenskommunikation
Alte Landstraße 179, 40489 Düsseldorf, 0211.409 3551

Presseinformation

Fitness für Eltern und Babys

Workout und Walking mit dem Baby

Düsseldorf, 19. Oktober 2009. Das Kaiserswerther Familienzentrum bietet einen Kurs zur Steigerung der Fitness für Eltern und Babys bis zum Alter von einem Jahr an. Das Training beginnt am 29. Oktober 2009. Insgesamt zehn Termine sind vorgesehen. Jeweils donnerstags von 11.30 bis 13.00 Uhr stehen 90 Minuten Walking und Muskelworkout auf dem Programm. Dazu Atemübungen, Pilates, Rückenbildung, Entspannung und jede Menge Spaß. Außerdem gibt Kursleiterin Nicole Kassner Tipps zum Aufbau der persönlichen Fitness und berät in Ernährungsfragen. Treffpunkt ist das Rheinufer in Kaiserswerth an der Anlegestelle der "Weißen Flotte". Die Teilnahmegebühr beträgt 90 Euro. Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Tel. 0211.409 3784
familienzentrum@kaiserswerther-diakonie.de

Rückfragen bitte an:

Melanie Bodeck
Leiterin Unternehmenskommunikation
Kaiserswerther Diakonie
Fon 0211.409 3718
Mobil 0173.517 5880
bodeck@kaiserswerther-diakonie.de
www.kaiserswerther-diakonie.de

Die Kaiserswerther Diakonie, 1836 von Theodor und Friederike Fliedner gegründet, zählt mit fast 2000 Beschäftigten zu den großen diakonischen Unternehmen in Deutschland. Das Florence-Nightingale-Krankenhaus mit mehr als 600 Betten in elf Fachkliniken, Altenhilfe- und Pflegeeinrichtungen, Jugend- und Behindertenhilfe gehören ebenso dazu wie verschiedene berufsbildende Schulen mit über 1500 Ausbildungsplätzen, einem Internat, ein umfangreiches Weiterbildungsangebot, eine Buchhandlung, die Fliedner-Kulturstiftung mit Archiv, Fachbibliothek und Museum, ein Hotel mit Tagungszentrum sowie die Kaiserswerther Schwesternschaft mit 160 Mitgliedern.