

# Fit für die Zukunft

GGG Von-Bodelschwing-Straße veranstaltete Bewegungstag



■ Die Schüler der GGS Von-Bodelschwing-Straße absolvieren ein ganz besonderes Fitnessstraining. Foto: Trapmann

**Höhenhaus (bt).** Einmal pro Schuljahr wird in der GGS Von-Bodelschwing-Straße ein Bewegungs- und Entspannungstag durchgeführt, bei dem Kinder der ersten bis vierten Klasse ihre Fitness unter Beweis stellen können. Zwischendurch gibt es Stationen zur Entspannung wie Yoga oder Massage.

Diesmal aber stand der Tag unter dem Motto „Fit for future – wir machen unseren Kopf fit!“. Zu diesem Thema war Brainfitness-Coach Frédéric Trigault von „fit4future Deutschland“ eigens aus Berlin angereist. Trigault demonstrierte den Lehrern an

sechs Stationen, wie das Gedächtnis geschult, die Merkfähigkeit trainiert und das Hörvermögen der Schüler verbessert werden kann.

Nachdem die Lehrer an den Spielstationen geschult worden waren, ging es in der Turnhalle los: Nach einem gemeinsamen „warming up“ traten an jeder Station immer vier altersgemischte Gruppen gegeneinander an. Sie wetteiferten darum, wer sich beim Merkparcours oder beim Videoquiz wichtige Einzelheiten merkte, wer bei der Memorystafette die meisten Pärchen sammelte, beim Brainfitness-Spiel oder beim Tabu-Spiel mit

voller Konzentration viele Punkte einfuhr oder beim Stacking eine gute Auge-Hand-Koordination bewies.

Am Ende dieses spannenden Tages trafen sich alle Teilnehmer in der Aula, wo die Siegergruppen gekürt wurden und jedes Kind von Trigault sein eigenes Brainfitness-Diplom ausgehändigt bekam.

Schulleiterin Melanie Zok dankte den Kindern für tolle Mitarbeit und Fairness bei den Spielen sowie den Lehrern und Frédéric Trigault für deren großes Engagement und die abwechslungsreiche Gestaltung dieses besonderen Schultages.

die anderen Kundenzentren der Stadt zu wenden. Für den Zeitraum der Arbeiten steht im Kundenzentrum Mülheim ein Notdienst für die Abholung und Beantragung von Ausweisen und Dokumenten zu den üblichen Öffnungszeiten zur Verfügung.

## Schule ist jeck

**Höhenhaus.** Die Willy-Brandt-Gesamtschule (Im Weidenbruch 214) lädt zu ihrer Schulsitzung ein. Die Sitzung findet am 16. Februar ab 18 Uhr (Einlass 17.30 Uhr) statt. Nach dem Motto „Mer brüche keine Söck - mit bläcke Fööss om Dilledöpp“; bereiten Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer wieder ein buntes und attraktives karnevalistisches Programm vor. Diesjähriger Stargast ist die Topband Cat Balolou. Karten gibt es im Sekretariat der Schule unter Telefon 0221/ 963700.

## Spaziergang

**Dellbrück.** Am 15. Februar geht Frau Gauf vom SeniorenNetzwerk Dellbrück mit interessierten Seniorinnen und Senioren spazieren. Ziel ist das Wildgehege Dünwald. Treffpunkt ist um 14 Uhr am Brunnen an der Dellbrücker Hauptstraße (Nähe Haltestelle Dellbrücker Hauptstraße). Anmeldung bei Beate Gauf unter Telefon 0221/ 6201221.

**nutzen & sparen!**  
**0226-466989 FRANZ-AACHEN**  
 Zelte und Planen GmbH  
**Nutzen Sie unseren Beratungsservice vor Ort!**  
 Rühfeldstraße 27 • 53227 Bonn-Beuel BAB 59 - Abf. Pützchen  
 Geöffnet: Mo.-Fr. 8-17 Uhr + Sa. 9-13 Uhr • www.franz-aachen.com

## Große Küchen-Aktion!

**Nur bis 28.2.!** Sensationelle Rabatte auf Granit und Geräte für Ihre Küche!\*

• <b>Black Star</b> poliert	<b>99,-€</b>	statt 182,-€
• <b>Steel Grey</b> gebürstet	<b>99,-€</b>	statt 182,-€
• <b>Siemens HB 34 AB 550</b> inkl. HZ638300	<b>479,-€</b>	statt 1.129,-€
• <b>Siemens EH 601 LFC 1E</b> inkl. HZ390042	<b>576,-€</b>	statt 1.529,-€
• <b>AEG DVB 5960 HB</b>	<b>463,-€</b>	statt 899,-€
• <b>Neff GV 960</b> inkl. Z7863X9	<b>541,-€</b>	statt 985,-€
• <b>Gaggenau RB 282 203</b>	<b>772,-€</b>	statt 1.749,-€

...und vieles mehr auf  
**marquardt-kuechen.de!**

**Ihr Werksstudio Köln-Bayenthal:**

Bonner Straße 143, T: 02 21 / 34 80 47 0  
 Geöffnet: Do - Fr 10 - 19 Uhr, Sa 9 - 18 Uhr  
 Schautage: Di - Mi 10 - 18 Uhr



Michael Marquardt GmbH & Co. KG, Osterfeldstr. 2-4, 99899 Eimleben \*Achtung: Preise gelten nur in Verbindung mit dem Kauf einer kompletten Küche. Nicht für bereits getätigte Käufe. Solange der Vorrat reicht. Nur für Geräte und Granit aus aktueller Aktion. Nur bis 28.2.17. Für Granit gilt außerdem: Preise pro lfd. Meter für G4- und G6-Kanten, 85 cm Tiefe.

Deutschlands Nr. 1  
 für Küchen mit Granit

**MARQUARDT**  
 KÜCHEN

Internat Schloss Buldern



**Bildung und Entfaltung**

**Tag der offenen Tür**

**am 12. Februar 2017, 11-17 Uhr**



Entdecken Sie die Vielfalt des  
 Internats Schloss Buldern!

• individuelle Förderung durch Ganztagsbetreuung