



Gmünd, 6. Februar 2018

## PRESSETEXT

# Projekt „Kleinregion Junior“:

## Let's Kanga in Großdietmanns

„Let's Kanga“ lautete das Motto des „Kleinregion Junior“-Vormittags, zu dem Mütter mit ihren Babys und Kleinkindern am 6. Februar in die Volksschule Großdietmanns eingeladen waren. Kleinregionsmanagerin Viktoria Prinz konnte dazu Kanga-Trainerin Nicola Haider begrüßen, unter deren fachkundiger Anleitung geturnt und getanzt wurde.

"Beim Kangatraining geht es darum seinen Körper wieder zu spüren, und das meine ich im positiven Sinn. Viele Jungmütter klagen nach der Geburt oder bereits während der Schwangerschaft über Rückenschmerzen und Knieprobleme“ erläutert Nicola Haider. Mit Kanga kann man gegen dieses Problem aber Abhilfe schaffen, indem man große Muskelgruppen stärkt und die Kondition trainiert, während die Babys in ihren Tragetüchern die gemeinsame Zeit mit den Müttern genießen und dabei oft sogar einschlafen.

**Nächster Termin bei „Kleinregion Junior“: Dienstag, 13. März 2018, 9.00 Uhr, im Saal der Raiffeisenbank in Hoheneich – Vortrag von Hebamme Ulrike Schuster über die Angebote und Aufgabebereiche von Hebammen**

### Information:

Kleinregion Waldviertler StadtLand  
Mag. Viktoria Prinz  
Geschäftsführerin und Kleinregionsmanagerin  
Tel.: 02852/52506-330  
Mail: [waldviertlerstadtland@gmail.com](mailto:waldviertlerstadtland@gmail.com)  
[www.waldviertler-stadtland.at](http://www.waldviertler-stadtland.at)



Unterstützt durch  
Amt der NÖ Landesregierung –  
Abteilung Raumordnung und Regionalpolitik  
Fonds für Kleinregionen