



Gmünd, 16. November 2017

## PRESSETEXT

# Projekt „Kleinregion Junior“: MAWIBA-Premiere im Chili Gym in Gmünd

Eine Waldviertel-Premiere stand beim Kleinregion Junior-Vormittag am 14. November auf dem Programm: „Mawiba“, ein neues Tanzkonzept für Mamas und Babys, machte unter fachkundiger Anleitung von Karin Opelka im Chili Gym in Gmünd Station. Mehr als 20 Mamas ließen sich dieses tolle Angebot nicht entgehen.

Nach der Geburt wieder richtig fit werden und dabei eine kuschelige Zeit mit seinem Baby erleben – das ist der Grundgedanke von Mawiba, einem neuen Tanzkonzept, das von Trainerin Karin Opelka im Rahmen einer kostenlosen Schnupperstunde vorgestellt wurde. „Es geht dabei um keine schweißtreibenden Fitness-Einheiten, sondern darum, den Körper mit beckenbodenstärkenden Choreografien sanft zu trainieren, während sich die Babys im Tragetuch an ihre Mama kuscheln“, erklärt Opelka, die vor Kurzem die Ausbildung zur MAWIBA-Trainerin absolviert hat und auch einen entsprechenden Kurs anbieten möchte. Bei der Kleinregion Junior-Schnupperstunde wurde zur Musik von „Grease“ getanzt, was den Mamas und den Babys sehr viel Freude bereitete. „Ich möchte mich bei Karin Opelka dafür bedanken, dass sie gemeinsam mit uns diese Waldviertel-Premiere veranstaltet hat und wünsche ihr und ihren Teilnehmerinnen viel Spaß beim Folgekurs“, ist Kleinregionsmanagerin Viktoria Prinz erfreut über das rege Interesse der Mütter an den Angeboten der Kleinregion.

**Nächster Termin bei „Kleinregion Junior“: Dienstag, 12. Dezember 2017, 9:00 Uhr: Vortrag von Karin Opelka zum Thema „Stillen, Tragen und Familienbett“ im Kulturhaus in Alt-Nagelberg**

### Information:

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