

# Waldbronner Unternehmerseite



## Familienfitnessstag gut besucht

Waldbronn spricht über 3punkt0 und Krav Maga



Michael Bauer und Alexander Ostrowski sind hochzufrieden mit der Resonanz auf ihren Familienfitnessstag, den die sportlichen Jungunternehmer erstmalig gemeinsam im Erm-

lisgrund 2b auf dem Hof vor den Trainingsräumen von Michael Bauer Sport und Events ausgerichtet haben. Bewegung mit viel Spaß im Freien stand auf dem Programm.

Waldbronner Selbständige e.V.  
Eichhörchenweg 1  
76337 Waldbronn  
Redaktion Tanja Feller  
redaktion.feller@gmx.de

Sie sei einfach nur gekommen, weil sie die Luftballons und die Hüpfburg gesehen hat, so eine Mutter. Nun sitzt sie bereits seit drei Stunden auf einer Bierbank und freut sich über das leckere Speisenangebot des TSV Reichenbachs zu familienfreundlichen Preisen und das sportliche Unterhaltungsprogramm. „Das war auch die Idee unseres Familienfitnessstags“, so **Alexander Ostrowski**. „Wir wollen die Fitness in Waldbronn mehr in den Mittelpunkt stellen und gerade auch Familien



Michael Bauer unterrichtet „Krav Maga“ Tritt-Techniken.

ermöglichen, gemeinsam fit zu bleiben.“ Dabei ergänzten sich die beiden Unternehmer perfekt. „Wir von **3punkt0** machen die Damen fit und bieten eine qualitativ hochwertige Kinderbetreuung, indem wir den Kleinen Spiel- und Bastelangebote machen anstatt sie nur aufzubewahren, und mein Kollege **Michael Bauer** gibt der Familie den Schutz, indem er sie in **Krav Maga** unterrichtet.“ Die aus Israel stammende Selbstverteidigungstechnik erfreut sich zunehmender Beliebtheit, da sie im Gegensatz zu mancher Kampfsportart defensiv ausgerichtet



„Strong by Zumba“ Kurs mit Nicole Schoch von 3punkt0.

ist und nicht auf Wettkämpfe hin trainiert wird. „Wir wollen Deeskalationsstrategien vermitteln und für den Alltag fit machen“, so **Michael Bauer**, der sowohl für Erwachsene als auch für Kinder Selbstverteidigungskurse anbietet und zudem Assistententrainer ausbildet. „Mit dem Familienfitnessstag wollten wir unseren Mitgliedern ein Event bieten und Interessierten die Möglichkeit, einfach mal in einen Kurs reinzuschneppern oder zuzuschauen.“ Die Idee kam an und das Angebot war hervorragend auf Familien abgestimmt. Die Kinder konnten sich in der von der Volksbank Ettlingen zur Verfügung gestellten Hüpfburg austoben oder von Denise Lauinger schminken lassen. Die Erwachsenen testeten den Parcours des Anbieters Segway Point Karlsruhe, übten Tritt- und Schlagtechniken oder power-ten auf Zumbamusik ihren Puls hoch. „Schließlich heißt es nicht umsonst: Strong by Zumba“, so **Nicole Schoch**.

**Weitere Experten und kompetente Ansprechpartner finden Sie über die Homepage der Waldbronner Selbständigen [www.ws-ev.de](http://www.ws-ev.de).** Verantwortlich für Aussagen und Inhalt sind die im Beitrag genannten Unternehmen.

### WS e.V.: Terminvorschau

- 03. Oktober: BeeGees Konzert im Kurhaus
- 19. Oktober: Magische Nacht am Rathausmarkt
- 27. Oktober: Benefizkonzert des Polizeimusikkorps

Waldbronner Selbständige e. V. – Eine starke Gemeinschaft für Waldbronn

Wir machen Waldbronn attraktiv, machen Sie mit!

Für mehr Informationen, besuchen Sie uns im Internet: [www.ws-ev.de](http://www.ws-ev.de)