

# Enorm in Form Terminübersicht September 2024 – Jänner 2025



## Mein Gesundheitszentrum Floridsdorf

Karl-Aschenbrenner-Gasse 3, 1210 Wien

Die Termine finden immer gemeinsam für Kinder und jeweils einen Elternteil bzw. Erziehungsberechtigten statt! **Bitte beachten Sie, dass der Enorm in Form-TEILNAHMEPASS zu jedem Termin mitzubringen ist! Für den erfolgreichen Programmabschluss ist eine Teilnahme von 75 % erforderlich:** Teilnahme Ernährung an mind. 3 Modulen, Teilnahme Sport an mind. 25 Terminen, Teilnahme Psychotherapie an mind. 15 Terminen

<b>Sport</b> ASKÖ 01 22 600 17	<b>Psychotherapie</b> Mag. <sup>a</sup> Kary 0660 865 90 80	<b>Ernährung</b> GZ 21 - Diätologie
<p><b>Kurs 1:</b>  <b>Montag 17 – 18:30 Uhr</b>                      12.02.-10.06.24  <b>Ort:</b>                      Prinzgasse 3/TS3, 1220 Wien</p> <p>09.09.24                      16.09.24                      23.09.24                      30.09.24                      07.10.24                      14.10.24                      21.10.24                      04.11.24                      11.11.24                      18.11.24                      25.11.24                      02.12.24                      09.12.24                      16.12.24                      13.01.25</p> <p><b>Donnerstag 17:30–19 Uhr</b>                      15.02.-13.06.24  <b>Ort:</b>                      Prinzgasse 3/TS3, 1220 Wien</p> <p>12.09.24                      19.09.24                      26.09.24                      03.10.24                      10.10.24                      17.10.24                      24.10.24                      07.11.24                      14.11.24                      21.11.24                      28.11.24                      05.12.24                      12.12.24                      19.12.24                      09.01.25</p>	<p><b>Ort:</b>                      Gesundheitszentrum Floridsdorf,                      Untergeschoss  <b>04.09.2024-29.01.2025</b></p> <p><b>Kindergruppe</b></p> <p><b>Gruppe 1:</b>  <b>Jeden Mittwoch von 15–16 Uhr</b></p> <p><b>Gruppe 2:</b>  <b>Jeden Mittwoch von 16-17 Uhr</b></p> <p>04.09.24                      11.09.24                      18.09.24                      25.09.24                      02.10.24                      09.10.24                      16.10.24                      23.10.24                      06.11.24                      13.11.24                      20.11.24                      27.11.24                      04.12.24                      11.12.24                      08.01.25                      15.01.25                      22.01.25                      29.01.25</p> <p><b>Elterngruppe</b>                      1x monatlich  <b>Mittwoch 17 – 18:30 Uhr</b></p> <p>11.09.24                      09.10.24                      06.11.24                      04.12.24                      29.01.25</p>	<p><b>Ort:</b>                      Gesundheitszentrum Floridsdorf                      Vor jedem Termin Anmeldung mit e-Card (Kind + Begleitperson) am <b>Schalter im Erdgeschoss.</b></p> <p><b>Erstgespräch Ernährung</b> nach individueller Terminvereinbarung unter                      05 0766-1140239 oder                      05 0766-1140178</p> <p>BIA: Messung der Körperzusammensetzung in <b>der Kinderambulanz (KA) VOR</b> jedem Gruppenmodul <b>im EG</b></p> <p><b>Gruppenmodule Ernährung</b>  <b>1. Stock Zimmer 144</b>                      1x monatlich <b>Dienstag</b></p> <p><b>Gruppe 1:</b>  <b>12:30 Uhr</b> BIA Messung (KA)  <b>13:30 – 14:30 Uhr</b>                      Modulschulung (<b>Zimmer 144</b>)</p> <p>Di 17.09.24                      Di 15.10.24                      Di 19.11.24                      Di 17.12.24</p> <p><b>Gruppe 2:</b>  <b>13:30 Uhr</b> BIA Messung (KA)  <b>14:30 – 15:30 Uhr</b>                      Modulschulung (<b>Zimmer 144</b>)</p> <p>Di 17.09.24                      Di 15.10.24                      Di 19.11.24                      Di 17.12.24</p>

<p><b>Kurs 2:</b></p> <p><b>Montag 16:30 – 18 Uhr</b></p> <p>12.02.-10.06.24</p> <p><b>Ort:</b> ASKÖ Ballsport Center Bernoullistraße 7-9, Dojo</p> <p>09.09.24 16.09.24 23.09.24 30.09.24 07.10.24 14.10.24 21.10.24 04.11.24 11.11.24 18.11.24 25.11.24 02.12.24 09.12.24 16.12.24 13.01.25</p> <p><b>Freitag 16 – 17:30 Uhr</b></p> <p>16.02.-14.06.24</p> <p><b>Ort:</b> ASKÖ Ballsport Center Bernoullistraße 7-9, Dojo</p> <p>13.09.24 20.09.24 27.09.24 04.10.24 11.10.24 18.10.24 25.10.24 08.11.24 22.11.24 29.11.24 06.12.24 13.12.24 20.12.24 10.01.25 17.01.25</p>		<p><b>Gruppe 3:</b></p> <p><b>12:30 Uhr</b> BIA Messung (KA) <b>13:30 – 14:30 Uhr</b> Modulschulung (<b>Zimmer 144</b>)</p> <p>Di 24.09.24 Di 22.10.24 Di 26.11.24 Di 07.01.25</p> <p><b>Gruppe 4:</b></p> <p><b>13:30 Uhr</b> BIA Messung (KA) <b>14:30 – 15:30 Uhr</b> Modulschulung (<b>Zimmer 144</b>)</p> <p>Di 24.09.24 Di 22.10.24 Di 26.11.24 Di 07.01.25</p> <p>Themen der Gruppenmodule Modul 1: Das Geheimnis der Ernährungspyramide Modul 2: Einkaufstraining Modul 3: Frühstück und Jause Modul 4: Süßes und Fastfood</p> <p><b>Checkup-Termine und Abschlussgespräch Ernährung</b> (Einzelgespräche): nach individueller Terminvereinbarung unter 05 0766-1140239 oder 05 0766-1140178</p>
<b>Sport</b>	<b>Psychotherapie</b>	<b>Ernährung</b>

Terminänderungen vorbehalten! An Feiertagen finden keine Gruppeneinheiten statt.