

Golds

Endlich! Auszeit für alle Mamis

Kennt das nicht jede Mama, den Wunsch nach ein paar Augenblicken gefüllt mit Entspannung, Relaxen und tollen Beautybehandlungen, in denen sie sich nur Zeit für sich nimmt?

Das Golds in Kiel hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Wünsche der Mamis auf eine ganz besondere Art in Erfüllung gehen zu lassen. Denn gerade die Zeit nach der Schwangerschaft, wenn das Kind gesund das Licht der Welt erblickt hat, die Nächte kürzer werden und die Tage zwischen Windeln wechseln, Brei zubereiten und Haushalt sich verabschieden, bietet wenig Raum für die Bedürfnisse der Frauen. Jetzt endlich ist Zeit für die frischgebackenen Mamis, auch etwas für sich zu tun. Das Golds in Kiel hat ein Verwöhn- und Fitnessangebot zusammengestellt, das speziell auf die Bedürfnisse der Mütter abgestimmt ist. Von Rückbildungskursen, angeboten von einer erfahrenen Hebamme, bis hin zu Entspannungsmassagen, Sauna und Kosmetikbehandlungen ist alles in dem Spezial-Beauty-Fitness Programm enthalten. Natürlich ist auch an den Nachwuchs gedacht: Wenn die Kleinen in der kostenfreien Kinderbetreuung ab 0 Jahren von erfahrenen Betreuerinnen umsorgt und unterhalten werden, können die Mamis es sich so richtig gut gehen lassen.

Im April 2008 verschenkt das Golds an die ersten 50 Mamis Verwöhn-Gutscheine im Wert von jeweils 50 Euro. Kinderbetreuung von 8.30 bis 12 Uhr und von 15 bis 19 Uhr. Terminvereinbarung unter Tel.: (0431) 5 40 20 oder per Mail unter www.golds.de
Golds, Grasweg 48, Kiel



Golfpaket Ostsee®

Für **125,- €**
auch am Wochenende
je einmal auf
5 von 8 Golfplätzen
an der Ostsee spielen!



www.Golfpaket-Ostsee.de

Tel.: 0 45 57 / 98 17 31

Durch den Dschungel der Allergien

Vom Apfel bis zum Spinat, von der Birkenpölle bis zum Angorafell, vom Duschgel bis hin zum Katzenhaar – prinzipiell kann jeder Stoff zum Auslöser einer Allergie werden. Nach vorsichtigen Schätzungen ist für 20.000 Substanzen eine allergieauslösende Wirkung bekannt. Und die Symptome kennt jeder: rote Flecken auf der Haut, Juckreiz, Atemnot, geschwollene Augenlider und, und, und. Durch den „Dschungel der Allergien“ führen die Referenten am 24. April ab 18 Uhr in den Räumen der Vitaklinik. Dr. med. Alexandra Petukhova von der Universität St. Petersburg klärt Sie auf über: „Kontaktexzeme und Neurodermitis – wenn die Haut juckt“. Dr. med. Johannes Müller-Steinmann hat folgendes Thema für seinen informativen Vortrag gewählt: „Kontaktexzeme – wenn die Arbeit krank macht“. Neslihan Yenigün nimmt sich diesem Thema an: „Heuschnupfen und Asthma – wenn die Nase läuft, die Augen tränen und die Lunge pfeift“. Dr. med. Stephan Höhn wird Sie schließlich über Nahrungsmittelunverträglichkeiten aufklären.

Vitaklinik, Alter Markt 1–2, Kiel, Tel.: (0431) 380 18 20



WASSER!MARSCH!

Die Hamburger Ideenschmiede lief wieder einmal heiß: Für den guten Zweck werden die „Wasserläufer“ von Viva Con Agua 852 Kilometer in 39 Tagen mit einem kongolesischen Lastenrad zurücklegen. Am 30. April startet der WASSER!MARSCH in Hamburg und soll pünktlich zum EURO-Eröffnungsspiel in Basel enden. Auf dem Weg dorthin finden zahlreiche Events statt, sogar die Band „Wir sind Helden“ ist dabei. Alle Erlöse fließen in das Brunnenbauprojekt des Hamburger Vereins und der Deutschen Welthungerhilfe in Nicaragua. Weitere Infos unter www.vivaconagua.org.

Wir bringen Sie zum Rasen!



Unsere Kursangebote - jetzt anmelden

Auf unserem öffentlichen Kurzplatz (20,- €/Tag) können Sie auch in diesem Jahr ohne Platzreife und Mitgliedschaft jede Menge Natur erleben.

Entdeckertag mit 3-Löcher-Abschlussturnier
Termine: 13.4., 27.5., 11.6., 25.6. € 70,-

Platzreifekurse mit freier Nutzung des öffentlichen Kurzplatzes während der Kursdauer UND freier Nutzung des Meisterschaftsplatzes für 2 Monate
Termine am Wochenende: 19.4.-17.5., 3.5.-7.6., 24.5.-1.6.
Oder Donnerstag + Sonntag: 13.4.-11.5. € 450,-

Kenner-Kurse mit freier Nutzung des öffentlichen 9-Löcher-Kurzplatzes
Termine: 12.4.-7.6., 3.5.-28.6., 31.5.-26.7. € 240,-

Golf- & Landclub Gut Uhlenhorst e.V.

Mühlenstraße 37 · 24229 Dänischenhagen
Fon (+49) 43 49 - 9 17 00 · Fax (+49) 43 49 - 91 94 00
www.gut-uhlenhorst.de · golf@gut-uhlenhorst.de