

Aktionen in St. Leonhard

 @grow_happy_nbg



**GROW
HAPPY
NBG** 



Bouldern mit der Streetwork - Bouldern für Resilienz

Wann?

Jeden 2. Freitag im Monat
16:30-19:30 Uhr

Wo?

Treffpunkt: AWO Streetwork,
Phillipp-Körber-Weg 1, Nbg

Für wen?

Junge Erwachsene

Was?

Durch Bouldern zu positiven
Selbstwirksamkeitserfahrungen

Anmeldung

Ja
felix.hofmann@awo-nbg.de

Anbieter*in

AWO Streetwork St. Leonhard



Spiel und Sport mit dem Post SV

Wann?

Jeden Dienstag, 16:30-18:00 Uhr
ab 03.02. jeden Dienstag (außer in den Ferien)

Wo?

Turnhalle
Mittelschule St. Leonhard

Für wen?

Kinder

Was?

Bewegung, Entspannung und gemeinsame
Spiele

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Post SV



Klettern für Resilienz

Wann?

Mittwochs, 14:00-15:30 Uhr

Wo?

Treffpunkt: Mittelschule St. Leonhard

Für wen?

Jugendliche

Was?

Bouldern

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Giuseppe Stein



Stressabbau durch Kreativität

Wann?

Neue Termine folgen

Wo?

Mädchentreff e.V.
Georgstr. 5, Nbg

Für wen?

Mädchen

Was?

Kreative Auseinandersetzung mit eigenen
Gefühlen und Stress, Modellieren mit Ton

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Mädchentreff e.V.



Eltern-Kind-Yoga

Wann?

6.02. von 9:15-11:00 Uhr/ 13.02. von 9:15-10:15 Uhr/
27.02. von 9:15-11:00 Uhr

Wo?

Kita Georgstraße
Georgstraße 22, Nbg

Für wen?

Kinder von 3-6 Jahren und Eltern

Was?

Bewegung und Entspannung für Eltern und
Kinder

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Christina Skaper

Aktionen im Westen

 @grow_happy_nbg



**GROW
HAPPY
NBG** < 



Flinta*Connect

Wann?

Donnerstag, 26.02.26
19:00-21:00 Uhr

Wo?

FMGZ Nürnberg
Fürther Str. 154, Nbg

Für wen?

Alle FLINTA*-Personen, 18 - 25 (Frauen, Lesben, inter, non-binäre, trans und agender Personen)

Was?

Psychologisch begleitete Gesprächsgruppe zu Identität, Empowerment und Awareness

Anmeldung

Ja
info@fmgz-nuernberg.de

Anbieter*in

FMGZ - Frauen & Mädchen
Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.



M.M.A.ch mal halblang

Wann?

16.2./23./16.3./23.3./30.3./13.4./27.4.
Donnerstags, 16:00-18:00 Uhr

Wo?

Kinder- und Jugendhaus GOST
Eberhardshofstraße 10a, 90429 Nürnberg

Für wen?

Jungen 14-21 Jahre

Was?

Stärkung der emotionalen Regulation durch Boxen und Gruppengespräche

Anmeldung

Am Tresen im Jugendhaus GOST

Anbieter*in

Kinder- und Jugendhaus GOST



Let's Talk

Wann?

13.11.2025
22.01./12.02./19.03./28.04./19.05./18.06.

Wo?

Online-Elternabend

Für wen?

Eltern, Familien

Was?

Workshops zur Stärkung der Eltern in ihrer Erziehungs- und Elternrolle

Anmeldung

Ja: <https://www.treffpunkt-nbg.de/letstalk/>

Anbieter*in

Treffpunkt e.V.



Abenteuerturnen

Wann?

22.1./5.2./12.2./26.2./19.3./26.3./16.4./7.5./21.5./28.5.
Donnerstags, 15:45-16:45 Uhr

Wo?

FBS - Ev. Familien-Bildungsstätte
Südl. Fürther Str. 18-20, Nbg

Für wen?

Kinder von 4-6 Jahren

Was?

Bewegung und spannende Abenteuer erleben, gemeinsam Klettern, Hüpfen, Lernen

Anmeldung

Ja: <https://www.fbs-nuernberg.de/kursprogramm/kinderkurse/>

Anbieter*in

FBS - Ev. Familien-Bildungsstätte



Outdoor Action auf dem Jamnitzerplatz

Wann?

Donnerstags, 15:00-16:30 Uhr

Wo?

Jamnitzerplatz
Costenhof, Nbg

Für wen?

Kinder

Was?

Spiele, Bewegung und Entspannung auf dem
Jamnitzerplatz

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Manufaktur für Gesundheit



Yoga in Goho

Wann?

Nachholtermine am Mi, 28.1. um 18 Uhr und
Mi, 11.2. um 18 Uhr

Wo?

Costenhofer Hauptstr. 50, (RG) im 2. Stock
Turnhalle COSTINI DEGRIN-Kinderhort

Für wen?

Alle ab 18 Jahren

Was?

Yoga, Bewegung, Entspannung und Zeit für
dich

Anmeldung

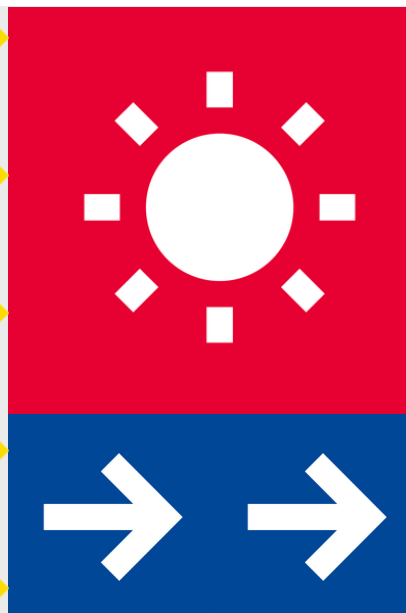
Ja
michel@degrin.de; 0911-568 363 14

Anbieter*in

Franziska Weber

Aktionen im Süden

 @grow_happy_nbg



**GROW
HAPPY
NBG** 



Medien / Kreatives / Kochen in der Stiftung Sozialidee

Wann? Freitags, 13:30-15:30 Uhr; alle Termine bei Instagram oder hier: <https://stiftung-sozialidee.de>

Wo? Stiftung Sozialidee
Peter-Henlein-Str. 10, 90443 Nürnberg

Für wen? Kinder und Familien

Was? verschiedene Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit

Anmeldung Nein

Anbieter*in Stiftung Sozialidee gGmbH



Yoga im FreiRaum mit Silke

Wann? Mittwochs, 17:30-18:30 Uhr

Wo? FreiRaum, Raum der Kirche St. Markus
Frankenstraße 31, 90443 Nürnberg

Für wen? ab 15-25 Jahren

Was? Einfaches Yoga für alle, Yogamatten gibt es vor Ort

Anmeldung Ja
yogamitsilke@gmail.com

Anbieter*in Silke Lang (Sozialarbeiterin & Yogalehrerin)



Bouldern - Fokus, Kraft & Achtsamkeit

Wann? Montags, 16:30-18:00 Uhr

Wo? Boulderhalle E4
Allersberger Str. 185, Nbg

Für wen? Jugendliche von 12-17 Jahren

Was? gemeinsames Bouldern, an Herausforderungen wachsen, Selbstvertrauen stärken

Anmeldung Ja
markus.menztos@gmail.com

Anbieter*in Boulderhalle E4
Markus Menz (Sozialarbeiter)



Yoga in der Südstadt für junge Menschen

Wann? Mittwochs, 19.30-20.30 Uhr
Donnerstags, 19.30-20.30 Uhr

Wo? Karma Obscura Yogastudio
Gibitzenhofstr. 62, Nbg

Für wen? ab 12 Jahren

Was? Ruhe und Resilienz lernen mit Vinyasa- und Yin-Yoga

Anmeldung Nein

Anbieter*in Yogastudio Karma Obscura



Samurai Shiatsu - Schnupperangebot

Wann?

05.05.2026
15:00-17:00 Uhr

Wo?

Kinder- und Jugendhaus Linie 6

Für wen?

6-12-Jährige

Was?

Spielerische Bewegung, Mini-Meditationen und Samurai-Tricks; Förderung von Konzentration, innerer Ruhe und Selbstvertrauen

Anmeldung

Über die Linie 6:
kijh-linie6@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Alexandra Splieth oder Julia Köhler in der
Linie 6 (Leitung)
