

Vorwort2

**ANGEBOTE STATT VERBOTE –
EXPERTEN IM GESPRÄCH.....6**

**BABYS IN BEWEGUNG:
SPASS VON 0 BIS 110**

Babymassage10

Babyschwimmen.....11

PEKiP13

Krabbel- und Spielgruppen14

Schon mal ausprobiert?.....15

CLEVER NASCHEN17

**BÄRENSTARK! 2- BIS 5-JÄH-
RIGE MACHEN MOBIL23**

Das Glück dieser Erde23

Für Wasserratten.....24

Tanzfreuden26

Kasten: Ein Wort zur Sicherheit 28

Kinder unter sich.....29

Indoor-Spielplätze.....31

Vereinsport.....32

Schon mal ausprobiert?33

**FAMILIENWOCHENENDE IN
WALD ODER PARK.....34**

**TOP TEN: DIE BESTEN
SPIELPLÄTZE40**

**DAS WIRD EIN TOLLER
KINDERGEBURTSTAG!.....44**

**TOP TEN: PACK DIE
BADEHOSE AUS!50**

Die schönsten Badeseen und
Strände in Köln und Bonn

**GANZ IN WEISS –
ACTION IM SCHNEE.....54**

Cooler Rodelberge.....54

Schlittschuh laufen auf Seen55

Eissporthallen.....56

Pistenspaß58

Schon mal ausprobiert?61

**RAD- UND INLINE-TOUREN
FÜR KIDS UND ELTERN62**

Touren für jedes Alter

**NUR NICHT IM REGEN
STEHEN BLEIBEN!72**



Wochenendspäß mit der Familie



Im Fußballverein haben Kinder zusammen wichtige Erfolgserlebnisse

ACTION & FUN:

SCHULKINDER AM START...78

Angebote für Seebären	78
Bikergirls & Skaterboys	79
Spiderman & Co.	82
Hoch zu Ross	83
Let's dance!	85
Starke Kids	85
Im Verein	87
Indoor-Spielplätze	87
Sportferien	87
Schon mal ausprobiert?	89

TIPPS FÜR DIE

KINDERERNÄHRUNG91

AB INS GRÜNE!

WOCHENENDAUSFLÜGE95

ENTDECKERWOCHENENDE

MIT DER FAMILIE104

Index

110

Impressum

112