



Kinderyoga

Mittwoch

Daten: 05. Feb...19. Feb...11. März...18. März...01. April...08. April... 22. April

Kinder 3 - 5 Jahre: 15.00 - 16.00 Uhr // // // Kinder 6-10 Jahre: 16.15 - 17.15 Uhr

Yoga für Kinder unterscheidet sich von Yoga für Erwachsene dadurch, dass es spielerisch abläuft, es macht Spass und vermittelt viel Freude. Die Übungen/Musik werden in kleine Geschichten oder Spiele eingebunden. Yoga hilft den Kindern zu mehr Konzentration, sich selbst besser wahrzunehmen und so mit den Anforderungen in Schule und Kindergarten einen bessern Umgang zu finden.

Kursleitung/Anmeldung

Sabrina Das liegt es sehr am Herzen, dass die Kinder sich selbst ausleben können und sich nicht durch die Anforderungen der Gesellschaft verlieren. In den 10 Jahren Kinder- und Jugendyoga auch in Zusammenarbeit mit Schulen hat sich gezeigt das es sehr hilfreich ist für die „Probleme“ an Schulen wie Mobbing, Hyperaktivität, Aggressivität, Introvertiertheit usw.....

Anmelden spätestens 3 Tage vor dem Kursdatum

sabrina@yogaambodensee.ch, 078 740 60 77, yogaambodensee.ch



Zentrum beim Kreisel

St.Gallerstrasse 34a • CH-9320 Arbon