

Andrea Braunsberger

Yoga-Äffchen

Spezielle Übungen für die Kleinen gibt es im Kinder-Yoga keine. Die Kurse für Klein und Groß unterscheiden sich eher in der Vermittlung. Kinder-Yoga ist spielerisch. Es soll den Kindern Spaß machen und ihnen Ruhe, Achtsamkeit und Ausgeglichenheit bringen. Viel Anleitung dazu brauchen die Kleinen dafür wahrlich nicht, denn sie wissen ja ganz genau, wie sie zu einer räkelnden Katze, einem brüllenden Löwen oder einem Baum werden, der sich sanft im Wind wiegt. Die Yoga-Äffchen sind jeden 2. Donnerstag im Monat.

Beginn

Fr, 11. Oktober 2019 | 9.00–11.00 Uhr

WEITERER TERMIN: 14. Nov. 2019

EKIZ ST. Johann im Pongau

BEITRAG: € 9,- pro Einheit (Jause und ggf. Material inklusive)

ANMELDUNG: Andrea Braunsberger, Tel. 0677 62539134
oder andrea.braunsberger@outlook.com (begrenzte Teilnehmerzahl)



Scan me