

Kinder- Yoga Für Kinder zwischen 7 und 9 Jahren

In diesem Kurs lernen Ihre Kinder spielerisch verschiedene Asanas (Körperhaltungen) kennen.

Diese sind eingebettet in kindgerechte Geschichten, Yogaspiel und Wahrnehmungsübungen.

Durch Achtsamkeits- und Atemübungen werden wir gemeinsam zur Ruhe kommen.

Die Kinder lernen sich selbst, ihre Gefühle und ihren Körper kennen, ganz ohne Vergleichen, Lern- und Leistungsdruck.

Abgerundet wird die Stunde mit Phantasiereisen, Meditationen oder Stilleübungen.

Die Kinder sollen zu diesem Kurs Sportkleidung und rutschfeste Socken anhaben.



Kursleitung: Melanie Lerch, Kinder Yogalehrerin

Termine: 5x freitags ab 28.Juni 2024

Uhrzeit: 17.45 – 18.45 Uhr

Kursgebühr: 26,- € für Mitglieder
52,- € für Nichtmitglieder

bei Verhinderung keine Rückerstattung oder Gutschrift der Kursgebühr

Ort: TVK Gymnastikraum (Pavillon) Waldulm

Anmeldung: nur über das Buchungsportal unter www.tv-kappelrodeck.de / Kursangebote

Infos auch unter: TVK – Geschäftsstelle Tel. 07842-996980
geschaeftsstelle@tv-kappelrodeck.de

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Kinder begrenzt, daher schnell anmelden.