

Anmeldung zum Kinder Yoga 7-11 Jahre

Der Kurs startet am 09.11.2017. bis zum 14.12.2017

6x (nicht in den Ferien)

Donnerstag 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Kosten für 6 x 60 min 45 €

bitte zum ersten Kurstag, passend in bar, in einem Umschlag mitbringen

Wir freuen uns auf unsere Yogis!

Wir bitten um saubere Kleidung (nicht direkt vom Spielplatz) und evtl. gewaschene Füße, da wir barfuß üben, wenn das nicht gewünscht ist, sind Stoppersocken möglich.

Wir bitten darum, die Kinder nicht zu früh zu bringen und stets an die Kursleiterin zu übergeben und auch wieder pünktlich abzuholen. Wenn Kinder alleine heim dürfen, benötigen wir dazu aus versicherungstechnischen Gründen eine schriftliche Erklärung.

Wir üben in einer kleinen Gruppe (bis 10 Kinder) und können so individuell auf die Kinder eingehen, nicht jedes Kind und nicht jeder Tag ist gleich und wer einmal nur zuschauen möchte kann das gerne tun. Alles kann nichts muss.

Yoga verstehen wir als eine Möglichkeit bei sich anzukommen, Körper und Geist im Einklang zu bewegen, alle Sinne zu spüren, erleben was die Atmung dabei tut.

In Spiele, Geschichten oder Sinnesreisen eingebunden machen das üben der Asanas, die kindgerechten Entspannungsübungen und Meditationen Spaß.

Viele Grüße und SAT NAM

Steffi und Mona

Anmeldung zum Kinderyoga ab 9. November 2017

Name _____

Allergie? _____

Straße _____

Ort _____

Telefon _____

e-mail _____