KINDERYOGA

mit Elisabeth

Was erwartet euch

In meinen Stunden vermittle ich kindgerechte Asanas (Yogaübungen), einfache

Atemübungen und Entspannungstechniken verpackt in phantasievollen Reisen um die Welt. Der wichtige Wechsel zwischen Bewegung und Entspannung wird über Spiele, Achtsamkeitsübungen und Geschichten erzählen erreicht. Ohne Leistungsdruck und Konkurrenz erleben wir beim Kinderyoga ein achtsames und friedliches Miteinander in dem Spaß und Freude großgeschrieben werden! Ich freue mich auf EUCH!

Wann?	Montags ab 5.10.26 wöchentlich (1 Semester ausgenommen Ferien und Feiertage) 15.00 – 15.45 Uhr 4 – 6 Jährige 16.15 – 17.15 Uhr 6 – 10 Jährige Max. Teilnehmer: 10 Kinder
Kosten?	200 € pro Semester (Die erste Stunde ist Schnupperstunde)
Wo?	Im Yogaraum Lorettostraße 32, 2485 Wimpassing
Wer?	Elisabeth Hanisch Kinderyogalehrerin, Kindergarten- & Hortpädagogin, Kinderfitness- & Kindertanztrainerin

Anmeldungen unter el.hanisch@gmail.com oder 0676/3540499

BITTE MITBRINGEN: bequeme Kleidung, kleine Decke, Trinkflasche, Yogamatte (Die Yogamatte kann auch ausgeborgt werden.)