

YOGA für Kinder



Dafür ist Yoga gut:

- Mut und Selbst-Bewusstsein
- **soziale** und **emotionale** Kompetenzen
- **Aufmerksamkeit** und Konzentrationsvermögen
- entspannte Bewältigung der **Alltagsanforderungen**
- ein beweglicher und **gesunder Körper**
- **Sich-wohl-fühlen**

Durch eine regelmäßige Anwesenheit und Übung werden die **positiven Wirkungen** von **Yoga für Kinder** deutlich spürbar.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Dauer: 7 Wochen

Vorschule bis 4. Klasse

Donnerstags, 14.00 – 15.00 Uhr

max. 10 Kinder

Kosten: 30,- € pro Kurs und Kind

(Die Kosten sind zu Beginn des Kurses zu überweisen; Infos darüber folgen bei Bestätigung eines Platzes)

Ich freue mich auf Euch!

Nicola Nauschütz

Yoga-Lehrerin

