



Balancewelten

by Vera



KinderYoga Nachmittag

Sommer 2023

Der KinderYogaNachmittag beinhaltet **gruppenspezifische Spiele** sowie freies Spielen im Grünen, spielerisches Erlernen der **Yogaübungen** (wie z. B. der Sonnengruß, der herabschauende Hund und der Vierfüßlerstand), **Entspannungstechniken** in Form von Fantasiereisen und vieles mehr. Die Kinder können auch ihre **Kreativität** freien Lauf lassen, ebenso wird **Kindermentaltraining** eingebaut, wodurch die Persönlichkeit der Kinder gestärkt wird.

Mitbringen musst du nur bequeme Kleidung in der du dich gut bewegen kannst und ein Liegehandtuch.

Ablauf:

Outdoor-Programm inkl. kleiner gemeinsamer Pause im Grünen und aktiver Yogaeinheit.

Di 29.08.23 14:00 bis 17:00

Altersgruppe: 5 bis 8 Jahre
Gruppengröße: max. 6 Kinder
Kosten: EUR 23,-
[inkl. Material und gesunde Jause]

Treffpunkt und Abholung bei mir:
Untervisnitz 4a
4224 Wartberg/ Aist
Bitte um Anmeldung!



Be balanced & Namasté

Deine Vera

Kontakt:

+43 664 354 98 73 oder
vera@balancewelten.at

Balancewelten by
Vera Stanger
Dipl. Ganzheitliche Gesundheitstrainerin



Untervisnitz 4a
4224 Wartberg ob der Aist
www.balancewelten.at