



Balancewelten
by Vera

KinderYoga

im Freien

Yogakurs für Kinder zwischen 5 bis 8 Jahre
(ohne Begleitung)

startet am: **Mittwoch, den 31. Mai 2023**

von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Treffpunkt bei mir: 4224 Wartberg/Aist, Untervisnitz 4a

Dauer: 4 x 60 Min.

Die Folgetermine sind: **7.6. / 14.6. / 21.6.**

Kosten: 50 Euro

**KINDER LIEBEN
DIE NATUR**

—
Was gibt es Schöneres,
als Yoga
unter freiem Himmel.

Ablauf:

Im Kinderyoga werden die Yogaübungen (Asanas) in Bewegungsgeschichten und Spiele eingebettet. Im Entspannungsteil werden Phantasiereisen durchgeführt, zum Aufbau innerer Bilder, um Selbstvertrauen, Mut und innere Stärke zu fördern. Die Stunde beinhaltet einen Bewegungs- und Entspannungsteil.

Bitte mitbringen: Wasserflasche, bequeme Kleidung & Liegehandtuch.
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