

(16058) Kinder-Yoga in den Osterferien

22.03.2016 (10:00 - 12:00)

„Ferienangebote“

Dieses Angebot bietet Kindern die Möglichkeit, Yogaübungen auf spielerische Weise kennen zu lernen. Wir entwickeln z.B. in der Haltung des Kriegers: Mut und Stärke, in der Berghaltung: Standhaftigkeit und Konzentration und machen Phantasiereisen, um zu entspannen und loszulassen.

Die Übungen helfen den Kindern, mit den vielfältigen täglichen Anforderungen, besser klar zu kommen. Yoga hat eine beruhigende und ausgleichende Wirkung. Abgerundet wird der Vormittag durch Einblicke in die Kneipp-Lehre.

Mitzubringen sind: lockere Kleidung, dicke Socken und eine Decke

Beginn: Dienstag, 22.03.2016, 10.00 – 12.00

Ort: Kneipp-Treff, Buchenstr. 1, Bremervörde

Gebühr: 8,00 € - Mitglieder 5,00 €

Referentin: Anja Lietz, 04761 7203914

Bitte nutzen Sie unsere Online-Anmeldung