

„Neu!!!“ Kinder-Yoga im Frühjahr 2022

für Kinder von 6 - 10 Jahre

25.04. bis 30.05.2022 in Büchenbach, 16:00-17:00 Uhr



Kinder üben gerne Yoga, denn so wird ihr natürlicher Drang nach Bewegung und körperlichem Erleben unterstützt und gefördert.

Statt leistungsorientiertem Sport, Stress, Konkurrenzdenken, Reizüberflutung möchte ich den Kindern vermitteln Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen, Entspannung und Ausgeglichenheit zu finden.

Kinderyoga macht Spaß und ganz nebenbei

fördert es die Konzentration, steigert die Fitness und das Körpergefühl und hebt das Selbstbewusstsein.



Mein Name ist **Katja Schulze**, ich praktiziere Yoga seit einigen Jahren. Zudem bin ich *ausgebildete Kinderyogalehrerin* und habe bereits verschiedene Fortbildungen zum Thema Kinderyoga absolviert.

Bitte mitbringen: Bequeme Bekleidung, Yoga praktiziert man barfuß (ohne Socken) und gerne mit Yogamatte, falls vorhanden.

Hinweise: 5 Einheiten zu jeweils 60 Minuten, Teilnahme nur am gesamten Kurs möglich.

Kosten: siehe Anmeldeformular

Info: bei Abt. Leiter Gymnastik Harald Heubusch Tel.: (0157 -86867827) E-Mail: TV21.Gymnastik@web.de

Anmeldung: schriftlich per E-Mail od. Post (alternativ unter www.tv-buechenbach.de)

Ort: Gemeinde Büchenbach, Rother Straße 8, im Bürgersaal

Grobe Termine: immer **montags** von 16:00 – 17:00 Uhr

25.04./09.05./16.05./23.05./30.05.2022

Sonstiges: Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen - Anmeldung bis spätestens 15.04.2022 erwünscht