

KINDERYOGA



Kinder "lernen" nicht Yoga, Sie leben und erleben Yoga mit allen Sinnen. Yogahaltungen (Asanas), Yogaspiele, Konzentrations- und Partnerübungen, Atemtechniken, Traumreisen und Kindermeditationen - all das und mehr geschieht in einem sicheren Rahmen, in dem Spaß im Vordergrund steht.

Was bietet Kinderyoga: sich besser spüren, sich mental und physisch stärken, individuelle Stärken fördern, das Gruppengefühl entwickeln, wobei die Konkurrenz nicht gefördert wird, Kinder werden kindisch bleiben und ich mit innen auch :-).

Ich bin selbst Mutter einer 5-jährigen Tochter und bin überzeugt davon, dass sich Yoga hervorragend eignet Kinder an den achtsamen und bewussten Umgang mit sich selbst und ihrer Umwelt heranzuführen.



Kommen Sie zum Infoabend am 27.9.2018 in den TURNZAAL der Volksschule am Kolonitzplatz, Eingang Löwengasse 12 B in 1030 Wien um 18.00h mit Ihrem Kind und lernen Sie den Yogafroschkönig kennen!

Es gibt kleine Überraschung für die Kinder und erste Yogaschritte mit dem Yogafroschkönig für die Kinder und Eltern!

Kursstart: 04.10.2018

Kursende: 31.01.2019



Mag. Aleksandra Stefanovic
Unternehmen: Kinderyoga Froschkönig e.U.
Mobil: +43 699 / 192 262 95
E-Mail: info@kidsyoga-froschkoenig.com
Web: www.kidsyoga-froschkoenig.com



Selbstheilkraft
Macht Euch auf den Weg