

KINDERYOGA

EIN ANGEBOT FÜR ELTERN UND KINDER IM ALTER VON 5 – 7 JAHREN



Kinder lieben es, Geschichten zu hören und mit Bewegung zu verbinden. Es macht ihnen einfach Spaß, kindgerechte Yogaübungen wie Katze, Hund oder Affe auszuprobieren.

Im Yoga werden Körper- und Sinneswahrnehmung verbessert, Angst und Aggressionen abgebaut sowie Selbstwertgefühl und Konzentration erhöht. Mit Yoga wachsen sie gesund und entspannt heran. Freuen Sie sich auf eine gute Zeit, von der Eltern wie Kinder profitieren!

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken anziehen, jeweils eine Yoga- oder Gymnastikmatte mitbringen und Kinder: bitte ein Stofftier mitbringen

Leitung: Susanne Großmann

Kursort: Jugendheim, Bülser Str. 8, 45964 Gladbeck

Kursnummer: L2607050Z

Datum: Fr 21.03.2025

Uhrzeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Kursgebühr: 10,00 € pro Eltern-Kind-Team

Kooperationspartner: Jugendheim St. Johannes / Familienpastoral St. Lamberti

Anmeldung: Einfach dem QR-Code folgen



Hinweis:

Das Angebot richtet sich an Eltern und Kinder im Alter von 5 - 7 Jahren, selbstverständlich ist aber auch ein älteres Geschwisterkind herzlich willkommen!

Wichtig: Bitte jede Person, jedes Elternteil und Kind + ggf. Geschwisterkind, bei der Anmeldung angeben

Wir freuen uns auf euch!



St. Lamberti
Gladbeck

KEFB

**Bottrop/
Gladbeck**

Katholische Erwachsenen-
und Familienbildung