

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.

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: N26031000

Datum: Sa 07.03.2026

Uhrzeit: 10:00 - 11:00 Uhr

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



Kooperationspartner: Jugendheim St. Johannes / Familienpastoral St. Lamberti

Infos und Anmeldung: Einfach dem [LINK](#) folgen oder telefonisch unter 02041 / 706230

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!

