



**YOGA
AM
ERBAPARK**

Yoga Kids: Herbstkurs für Grundschul Kinder

8x 60 Minuten ab 14. Oktober (8x15€ = 120€)

Freitags, 15:00 – 16:00 Uhr, 6-10 Jahre

Neuer Kurs für 4-8 YogaKids, krankenkassenzertifiziert

Yoga heißt tun!

Komm auf die Matte und mach' den Kopf frei von Hausis, trüben Gedanken und Alltagsstress. Für Träumer, Zappelphilippas und Bewegungsmufflons gleichermaßen ein Riesenspaß und eine bewegte Lernstunde.

Wir üben bekannte und weniger bekannte Yoga-Haltungen ein und bekommen so ein besseres Gespür für unseren Körper, seine Grenzen, seine Möglichkeiten.

Der Kurs findet im Gymnastikraum des Sportstadions Gaustadt statt.

Kontakt und Anmeldung: susanne@yoga-am-erbapark.de.

Namasté Susanne

