

242-69500 Juhu, auf geht's in die kunterbunte Kinderyoga-Welt (Grundschulalter)

Beginn	Dienstag, 03.09.2024, 14:45 - 15:45 Uhr
Kursgebühr	29,00 €
Dauer	6x
Kursleitung	Annette Nolden
Informationen	Zielgruppe: Mit Yoga-Geschichten, Sonnengruß und Ess-, Schüttel- oder Mantra-Meditationen vergessen wir den Alltag. Atemübungen sind nützlich und bringen Erholung und Konzentration zurück.
Kursort	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112, Am Schulzentrum 18, 41564 Kaarst

Mit Yoga-Geschichten, Sonnengruß und Ess-, Schüttel- oder Mantra-Meditationen vergessen wir den Alltag. Atemübungen sind nützlich und bringen Erholung und Konzentration zurück. Und natürlich ist das entspannende Savasana in Form einer Phantasiereise oder Partnermassage mit Pizza backen, Gewitter und Autorennen besonders wertvoll.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.09.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112
10.09.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112
17.09.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112
24.09.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112
01.10.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112
08.10.2024	14:45 - 15:45 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 112

[zur Kursdetail-Seite](#)