

Yoga



für Kinder ab 6 Jahren

Januar bis Juni 2020

Januar: 15.01. – 22.01. – 29.01.

Februar: 05.02. – 12.02.

März: 11.03. – 18.03. – 25.03.

April: 01.04. – 22.04. – 29.04.

Mai: 06.05. – 13.05. – 27.05.

Juni: 10.06. – 17.06.

Mit Hilfe von Körperstellungen, Atem- und Entspannungsübungen lernen Kinder ihre Körperhaltung zu spüren und den Atem bewusst wahrzunehmen. Konzentration, Gleichgewicht und Koordination werden gefördert und die eigenen Bedürfnisse wahrgenommen.

Kurstag/Zeit/Ort: **Mittwoch von 14.15 – 15.15 Uhr**

Lotos Yoga – Rütimeyerstrasse 40 – 4054 Basel
Raum Kerala, Parterre, Yogamatten sind vorhanden

Preis:

Block 1: Januar – März: 8 Lektionen = CHF 160.-

Block 2: April – Juni: 8 Lektionen = CHF 160.-

Zahlbar pro Block, vor Kursbeginn. Nicht besuchte Lektionen werden nicht rückvergütet und können nicht vor- oder nachgeholt werden.

Anmeldung:

Pascale Hoffmann, Dipl. Yogalehrerin YCH/EYU
und ausgebildete Märchenerzählerin

yoga-mit-pascale@glueckswege.ch - 079 704 97 73



EM *fit* Qualität in der Gesundheitsförderung



Märchenhafte Momente verzaubern kleine und auch grosse Yogis.