



Yoga für Kids

Bewegte Entspannung für Kids im Alter von 4-14 Jahren.

Rollt die Yogamatten aus und Verwandelt euch in bunte Schmetterlinge, mutige Tiger oder schleichende Indianer.



Ich nehme euch mit auf eine abenteuerliche Reise, alle sind Willkommen ob Jungs oder Mädels.



Wir werden mit kindergerechten Asanas, Entspannungsritualen und lustigen Bewegungsspielen eine Menge Spaß und Freude haben.

Wenn ihr euch nicht sicher seid ob Yoga was für eure Kids ist, könnt ihr es gerne in einem 3 maligen Kurs ausprobieren.

Die Kurse finden montags von 17:15-18:15 Uhr statt.

Einstieg zu jederzeit möglich .

Wo: SSV Roggendorf Thenhoven (im Saal oder Draußen)

Was ihr braucht : Eine Yogamatte, etwas zu Trinken und Sportliche Kleidung.

Kosten: 39 Euro für die 3 Probestunden.

Bitte per Mail Anmelden.
kinder-yoga@ssv-roggendorf.koeln