



Yoga für Kids

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

Rollt die Jogamatten 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 Joga was für eure Kids ist, könnt ihr es gerne in einem 3 maligen Kurs ausprobieren.

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

Wo: SSV Roggendorf Thenhoven (im Saal oder Draußen)

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

Kosten: 39 Euro für die 3 Probestunden.

Start des Kurses: Montag, den 27.05.2024

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