

KINDERYOGA



Springen wie ein Frosch, wie eine Schlange durch das Gras schlängeln oder wie eine Biene summen. Kinderyoga ist verspielter, kreativer als Yoga für Erwachsene. Für den Körper und die Seele tut es aber genauso gut. Beim Yoga werden die Kinder ihren Körper ausprobieren, sich entspannen und vor allem sich selbst sein dürfen. Nebenbei werden die Muskeln und der Gleichgewichtssinn gestärkt, die Sehnen und Muskeln gedehnt und Konzentration geübt. Wir werden gemeinsam und mit viel Spass durch diese Yogalektion gehen!

Daten: **Donnerstagnachmittag, jeweils von 16.30-17.15h für 4-7jährige sowie von 17.30-18.30h für 8-12jährige**

10. September, 24. September, 28. Oktober, 11. November, 25. November und 10. Dezember 2020

Ort: Familienverein-Raum, altes Sekschulhaus Nauen/Trakt A, 8632Tann

Kosten: 6 Lektionen à CHF 15 - pro Kind; CHF 90.- für Mitglieder Familienverein Dürnten oder vom FamilienNetzRüti

6 Lektionen à CHF 18.- pro Kind: CHF 108.- für Nichtmitglieder

Aufgrund der Nachhaltigkeit und Aufbaus der Yogaübungen sind keine Einzellektionen buchbar/empfehlenswert. Bitte Betrag in Bar am ersten Kurstag mitbringen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, etwas zu trinken

Zusatzinfo: Die Yoga-Lektionen finden ohne die Eltern in einem geschützten Rahmen statt.

Kursleiterin: Sabrina Losa, diplomierte Yogalehrerin

Anmeldungen **bis am 3. September 2020** bei Tanja Ortner, Vorstandsmitglied Familienverein unter info@familienvereinduernten.ch. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum bestätigt und sind verbindlich. Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Alle Veranstaltungen werden unter Einhaltung der vorgegebenen COVID-19 Sicherheits- und Hygienevorschriften des BAG durchgeführt.

Details und weitere Infos unter www.familienvereinduernten.ch