

Neuer Herbst/Winterkurs Yoga für Familien und Kinder

Entdecken Sie die Freude und Begeisterung, mit der Kinder Yoga erleben! Immer mehr Kinder entdecken Yoga als eine tolle Möglichkeit, sich zu entspannen, ihren Körper zu stärken und sowohl körperlich als auch seelisch zu wachsen.



In unseren bunten und abwechslungsreichen Yogastunden verbinden wir Lieder, Musik, Sprechverse und Bewegungen (Asanas) mit entspannenden Elementen wie Fantasiereisen, autogenem Training, Massagen, Atemübungen und positiven Affirmationen. Dabei schaffen wir eine lockere, spielerische Atmosphäre, in der sich Kinder wohlfühlen und frei entfalten können.

Termine: 13.09./ 20.09./ 27.09./ 11.10./ 18.10./ 15.11./ 22.11./ 29.11./ 06.12./ 20.12.2025 – immer samstags

Familienyoga (in Begleitung einer vertrauten Bezugsperson)

Uhrzeit: 9:15 – 10:15 Uhr (Dauer: 60 Minuten)

Kursleitung: Simone Wagner

Kursgebühr: 120,00 € für 10 Einheiten

Kinderyoga für Kindergarten- und Grundschul Kinder

Uhrzeit: 10:30 – 11:30 Uhr (Dauer: 60 Minuten)

Kursleitung: Simone Wagner

Kursgebühr: 120,00 € für 10 Einheiten

Ort: Familienzentrum Bönningheim, Zugang Neukircher Straße 14

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte oder Unterlage, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung und eine Trinkflasche

Melden Sie sich gern bis spätestens 01.08.2025 per E-Mail an: info@yoki.fit

Ich freue mich schon darauf, gemeinsam mit Ihnen und Ihren Kindern eine entspannte und bereichernde Zeit zu erleben!

