

## YoKi – Yoga für Familien, Kindergarten- und Grundschul Kinder

Erleben Sie die Freude und Begeisterung, mit der Kinder Yoga praktizieren!

Immer mehr Kinder entdecken die Welt des Yoga, um sich zu entspannen, ihren Körper zu stärken und ihre körperliche sowie seelische Entwicklung positiv zu fördern.

In unseren abwechslungsreichen Yogastunden verbinden wir Lieder, Musik, Sprechverse und Bewegungen (Asanas) mit verschiedenen Entspannungselementen wie Fantasiereisen, autogenem Training, Massagen, Atemübungen und positiven Affirmationen. So schaffen wir eine einladende und spielerische Atmosphäre, in der Kinder sich wohlfühlen und entfalten können.



### Familienyoga - für Kinder von 3 bis 6 Jahren

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

Kursleitung: Simone Wagner

Kursgebühr: 90,00 € (für sieben Einheiten)

### Kinderyoga für Kindergarten- und Grundschul Kinder

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

Kursleitung: Simone Wagner

Kursgebühr: 85,00 € (für sieben Einheiten)

**Termine:** 10.05./17.05./24.05./07.06./28.06./05.07./19.07.2025

**Ort:** Familienzentrum Bönningheim, Zugang Neukircher Straße 14

Termine:

**Bitte mitbringen:** Rutschfeste Matte/Unterlage, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung und eine Trinkflasche mit Getränk

**Melden Sie sich bitte ab sofort bis spätestens 18.April an:**

[info@yoki.fit](mailto:info@yoki.fit)

Ich freue mich darauf, gemeinsam mit Ihnen und Ihren Kindern eine entspannende und bereichernde Zeit zu verbringen!

