

# Familienyoga

für Kinder von 3-6 Jahren

**Möchten Sie entspannt in das Wochenende starten?**

**Dann ist dieser Kurs genau das richtige!**

Schmetterling, Tiger, Katze, Baum, Hund und Kobra (Yogaübungen) werden in spannende Geschichten eingebaut und zu dynamischen Übungsfolgen. Auch Atemübungen, Entspannungsreisen und Massagen, sowie kindgerechte Gesangsmeditationen und

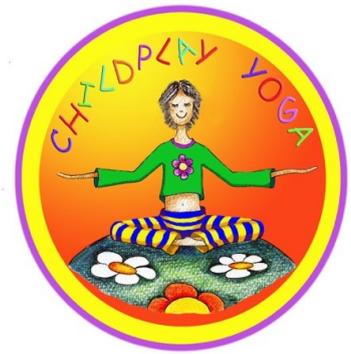
Yogaspiele gehören zu einer Kinderyogastunde.

So werden Körperwahrnehmung,

Koordinationsvermögen, Gleichgewichtssinn und

Aufmerksamkeit der Kinder bewusst gefördert.

Begleiten Sie ihr Kind auf dieser Reise und erleben Sie eine spannende und spaßige, gemeinsame Zeit beim Familienyoga.



**Wann?**

freitags, 15:30-16:15 Uhr

Start: 21. Februar 2020

**Wo?**

**Familienzentrum „Am Forstberg“**

Forstbergstraße 36

99974 Mühlhausen

**Kosten?**

für 8 Veranstaltungen (jeweils 45 Min)

wird ein Teilnehmerbeitrag von 40€ erhoben

Anmeldung direkt im Familienzentrum „Am Forstberg“

Forstbergstraße 36, 99974 Mühlhausen

**03601- 78 40 404**

oder [familienzentrum@asb-kvuh.de](mailto:familienzentrum@asb-kvuh.de)

