

Spaß, Bewegung, Entspannung

„Mutter-Kind-Yoga“ (0 - 3 Jahre)

Im Familienzentrum St. Maximilian
Kolbe

Wann? immer mittwochs von 15-16
Uhr (Start am 26.10.)

Wo? Leuschnerstraße 20, Mühlenberg



Yoga mit Kind...

- ... stärkt meinen Rücken
- ... trainiert meinen Beckenboden
- ... stärkt die Mutter-Kind-Beziehung
- ... gibt mir kleine Übungen für einen entspannten Alltag
- ... stärkt Gleichgewicht und Konzentration von Mutter und Kind
- ... schult Fein- und Grobmotorik ihres Kindes

Yoga mit Kindern ist bunt und turbulent. Es darf auch ruhig etwas lauter werden! 😊

Information: Der Kurs wird insgesamt 8 x stattfinden, immer mittwochs von 15-16 Uhr, letzter Termin: 14.12.2016

Kosten: Es ist ein kleiner Unkostenbeitrag von 10 € zu zahlen.

Teilnahme Yoga-Kurs

8x, immer mittwochs 15 – 16 Uhr

Erster Termin: 26. 10.

Name	Kind (Alter)