



NEU!

Kinderyoga

mit Julia Plattner

für Kinder und Teens von 4 bis 11 Jahren in 3 Gruppen

In jeder Yogastunde begeben wir uns auf eine kleine Reise. Wir werden ausgiebig toben, spielerisch Yogaübungen kennenlernen und genussvoll entspannen. Wir üben, uns gut wahrzunehmen sowie achtsam zu sein.

Kinderyoga unterstützt nachweislich das körperliche sowie psychische Gleichgewicht und verbessert die Wahrnehmungs- und Lernfähigkeit.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Trinkflasche

Leitung: Julia Plattner, Zertifizierte Yoga-Lehrerin



ab Di, **07.05.24**

📍 Kleiner Saal, MS Silz | 🗺️ → EKIZ

8 Einheiten, 50 Minuten

4–6 Jahre: 14.00 Uhr, 6–8 Jahre: 15.00 Uhr, Teens 9–11 Jahre: 16.00 Uhr

Kosten für Mitglieder € 55,- / € 65,-

Anmeldung 0660 4133236, Julia

