



## Kinderyoga - mit Kidsfit in den Sommer

Unser Kinderyoga nimmt langsam wieder Fahrt auf!  
Vor Pfingsten durften wir uns unter Berücksichtigung der Corona Richtlinien mit aufgeteilter Kindergruppe wieder im Freien treffen.



Ab Freitag, den 11.06.2021 startet unser Team Sabine & Sandra wieder eine neue Kursrunde und haben das komplette Kinder Bewegungs- und Entspannungsprogramm auf Kidsfit in den Sommer ausgerichtet.

Es sind 10 Einheiten, der Kurs endet mit dem Start der Sommerferien.

Mit Abstands- und Hygieneregeln treffen wir uns Freitags um 14.15 Uhr – 15.15 Uhr um in der Natur Yoga Bewegungsabläufe und Entspannung zu üben. Es macht großen Spaß, Kraftübungen, Gleichgewicht und Balance am eigenen Körper zu lernen aber auch in der Entspannungsphase einen Blick ins Weite schweifen zu lassen um eigene Wahrnehmungen zu erkennen. Die Kinder freuen sich, an der frischen Luft den eigenen Körper zu bewegen und zu fühlen, dies ist gesund und stärkt das Immunsystem.

Anmeldung und Kontakt: Josua Mayer Tel. 0170/9673917 ab 17.00Uhr oder per WhatsApp