



**AWO**  
**Kinder- und Jugendhilfe**  
**gemeinnützige GmbH**

## **Kurs (Eltern-) Kind-Yoga**

Angeleitet in einer kleinen Gruppe unterstützt Yoga, u.a. durch sanfte Übungen und Dehnungen sowie kurze Traumreisen, bei deinem Kind die Entwicklung von:

- Konzentrationsfähigkeit & Entschlossenheit
- Empathie & innere Ruhe
- Selbstvertrauen & Körperbewusstsein

**Kinder-Yoga** für Kinder allein zw. 6 und 10 Jahren

**Uhrzeit:** 15.00-15.45 Uhr

**Kosten:** 25 € für 7 Termine à 45 Min.

**Eltern-Kind-Yoga** für ein Elternteil + Kind ab 4-5 J.

**Uhrzeit:** 16.00-17.00 Uhr

**Kosten:** 40 € für 7 Termine à 60 Min.

**Ort:** AWO Familienzentrum Altpieschen

**Kurstermine 2024** (jeweils montags):

**1/2024:** 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 27.05., 03.06.,  
10.06.2024 - (Ausweichtermin: 17.06.2024)

**2/2024:** 05.08., 19.08., 26.08., 02.09., 09.09., 16.09.,  
23.09.2024 - (Ausweichtermin: 30.09.2024)

**3/2024:** 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 04.11., 11.11.,  
09.12.2024 - (Ausweichtermin: 16.12.2024)



**Anmeldung über:**

Christin Wiggenhauser

**c.wiggenhauser@posteo.de • 0152-58646850**