

Montags  
17:00 - 17:45



## Kids YOGA IM GEMEINDESAAL OLSBERG CHF 15.-/LEKTION

Beim Kinderyoga werden Kinder spielerisch an die Yoga-Übungen herangeführt. Es geht dabei nicht um die korrekte Haltung der Pose, sondern um Selbsterfahrung und Spaß an Bewegung. Kinderfreundliche Yoga-Posen, Atem- und Entspannungsübungen verbessern zudem die Motorik und Konzentrationsfähigkeit.

Für Kinder zwischen 6-11 Jahren

Also, rollt die Matten aus und lasst uns gemeinsam Yoga spielen!



Yoga & Pilates Olsberg

Jessica Feistle

+41 79 742 25 14 / f.jessica@gmx.ch

