

Happy Family Yoga

Zeitraum

Sa., 14.10.2023

ab 16:00 Uhr

So., 15.10.2023

bis 16:00 Uhr

Zielgruppe

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 4 bis 10 Jahren

Referent/en

Michaela Moser

Farb- und Stilberaterin, Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin

Adelheid Plattner

Yogalehrerin, Kräuter- und Knospenexpertin, Kräuterpädagogin

Kursbeitrag

Preise auf Anfrage

Unser Alltag ist von Reizen überflutet und von Hektik geprägt. Es bleibt wenig Zeit für uns selbst und für unsere Kinder. Kontinuierliche Auszeiten sind notwendig. Beim Familienyoga üben wir mit den Kindern gemeinsam. Bei Partnerübungen können Kinder und Erwachsene sich gegenseitig spüren, Halt geben und gemeinsam Spaß haben.