

## Yoga und Singen für die ganze Familie

### Zeitraum

So., 29.10.2023

ab 16:00 Uhr

Di., 31.10.2023

bis 15:00 Uhr

### Zielgruppe

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 5 bis 10 Jahren

### Referent/en

### Kursbeitrag

Preise auf Anfrage

Ein Wochenende lang Familienyoga mit spielerischen Elementen, Partnerübungen, Fantasiereisen und Geschichten: Passend dazu singen wir Mantras und glücklich-machende Lieder. Es gibt Yogaeinheiten nur für Kinder und nur für Erwachsene. Dazwischen verbringen wir Zeit in der Natur und basteln gemeinsam. Das ist eine Zeit für gemeinsame Bewegung und Kreativität, die Vertrauen und Nähe schafft, die uns ins Hier und Jetzt bringt und viel Spaß macht.