

Schnupperkurs

Kinderyoga

Diese Stunde soll spielerisch einen Einblick ins Kinderyoga geben. Im Vordergrund stehen Bewegung, Spass, Kreativität und Achtsamkeit. Die einfachen Positionen können ein gesundes Selbstwertgefühl und Körperhaltung fördern, sowie Stressbewältigung unterstützen.

Mitbringen

Bequeme Kleider und Noppensocken, am besten Barfuss

Valérie Duc | Kinderyogalehrerin

Saal | Sonnegg Höngg, Bauherrenstrasse 53

Für 5–8 Jahre | Max. 8 Kinder

Spendenkässeli

Anmeldung bis 18.02.21 | www.kk10.ch/atelier,

043 311 40 60, atelier.kk.zehn@reformiert-zuerich.ch

Kurs a
Fr, 05.03.
17.00–18.00 Uhr

Kurs b
Sa, 06.03.
11.00–12.00 Uhr

