Yoga für Kinder
Im Kindergarten Gars 3-6 Jahre
Donnerstag 08.02.2024
15.30Uhr-16.15Uhr
Kosten: 40€

Ziele meines Angebotes:

- Eine Stunde voller Spaß, Freude und Entspannung
-Achtsamer und empathischer Umgang mit sich und der Umwelt
-Entspannen durch kindgerechte Yogageschichten
-Förderung der Konzentration und des Gleichgewichts
-Förderung des Selbstvertrauens und der eigenen Stärken
-Erlernen von Kindgerechten Entspannungstechniken aus dem Yoga

Hier noch ein paar Informationen zu meiner Person:

- ich bin seid 28 Jahren als Erzieherin tätig
- seid 10 Jahren unterrichte ich Yoga für Erwachsene und Kinder
- Zusatzqualifikationen: Kulturpädagogin – Tanz
  Tanz und Ausdruckstherapeutin
  Kreative Kindertanzpädagogin
  Yogalehrer Anusaraorientiert
  Kinderyogalehrer
- ich liebe die Sichtweise der Kinder auf Dinge, ihre unglaubliche Kreativität und ihre Freude an Bewegung.

Namaste ihre Nicole Lunitz
www.einfachsein-yoga.de
Email: janette.lunitz@yahoo.de
Tel: +4917697391848