



Ergotherapie
Pankow

YOGA FÜR KINDER

Ganzheitliche Förderung durch
spielerisch vermittelte Körper-
und Konzentrationsübungen

- **ELTERN-KIND-YOGA**
IMMER FREITAGS 15:00 UHR

Eröffnungsangebot 100€ für 10 laufenden
Einheiten à 60 Minuten

- **KINDERYOGA VON 5-9 JAHREN**
IMMER FREITAGS 16:15 UHR

Eröffnungsangebot 85€ für 10 laufenden
Einheiten à 45 Minuten



**JETZT
ANMELDEN**



Ergotherapie
Pankow

Hermann-Hesse-Str. 4 - 10 (Ärztehaus)
13156 Berlin
Tel.: 030 / 48 62 11 60

yoga.ergo.pankow@web.de
www.ergotherapie-beckers.de





Ergotherapie
Pankow

YOGA FÜR KINDER

Hier geht's direkt
zur Webseite.



ELTERN-KIND-YOGA

In diesem Kurs übt ein Elternteil gemeinsam mit dem Kind. Zusammen durchlaufen wir eine Abfolge von Übungen, probieren uns spielerisch in Atemtechniken und Meditationen. Geeignet ist dieser Kurs für Kinder ab 5 Jahren. Durch das Miteinander wird insbesondere die Eltern-Kind-Beziehung gestärkt. Die Kinder lernen, was Mama oder Papa können, kann ich auch und finden mehr Selbstvertrauen mit sich und ihrem Körper.

KINDERYOGA

Einmal in der Woche lernen wir als Gruppe mit den Kindern, dass Konzentration und Entspannung Hand in Hand gehen können. Durch spielerisches Üben stärken die Kinder ihr Körpergefühl und lernen sich in ihrem Selbstwert zu spüren. Ganz ohne Druck und Wettbewerb erwecken wir die kindliche Lust auf Bewegung wieder zum Leben und verbringen wertvolle Zeit in der Gemeinschaft. Die Inhalte des Kinderyoga sind auf die Altersgruppe von 5 bis 9 Jahren abgestimmt.