

Eine kleine Atempause für dich und mich

Ruhemomente schaffen, um die Seele baumeln lassen zu können und Bewegung, um der eigenen Lebendigkeit Ausdruck zu verleihen - dies ist das Rezept dieses Kurses. Durch verschiedenste Übungen und Spiele fördern wir Entspannungsfähigkeit und Achtsamkeit. Kinder und deren Begleitung werden eingeladen, gemeinsam das innere Gleichgewicht zu stärken, Entspannung zu finden, Energie zu tanken, Spaß zu haben und die gemeinsame Zeit zu genießen. Die Übungen und Spielanleitungen sind einfach in den Alltag einzubauen.

Zielgruppe:

Kinder im Alter von 3-6 Jahren mit einem Elternteil (oder anderen Bezugsperson),
max. 10 Teilnehmer/innen

Kursbeitrag:

75 Euro pro Paar

Anmeldeschluss:

Do, 09.05.2019

Ort:

Tomberg Kastelbell

Referent/in:

Evelyn Peer

Termin:

Sa, 25. Mai 2019

09.00 Uhr - 13.00 Uhr

4 Stunden/1 Treffen