

mit Yogalehrerin
Christina Gründel

SPIELERISCHES YOGA

FÜR ELTERN & KINDER VON 4-6 J.



SCHNUPPERTERMIN!

MONTAG
08.06.26
15:00 – 15:45 UHR

WO:
Kath. Familienzentrum
Maria Waldrast
Herrmann - Schumacher Str. 50

Entdeckt die wunderbare Welt des Yoga ! In diesem Kurs lernen Eltern und Kinder, zur Ruhe zu kommen, Stress abzubauen und die Bindung zueinander zu stärken. Yoga fördert Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer, stärkt das Immunsystem und hilft, den Körper in Balance zu bringen. Gemeinsam erlebt ihr entspannende Momente und schafft wertvolle Erinnerungen.

Anmeldung vor Ort
im Familienzentrum



... oder im Haus der Familie
02151 4794638
info@hdf-krefeld.de