



**GESUNDES  
ARDAGGER** |



# KIDSYOGA

mit Elisabeth Zehetner



Tauche mit mir in eine lustige, phantasievolle Welt - voller Abenteuer. In Geschichten verpackten Einheiten, lernst du auf ganz spielerische Art und Weise Yoga Asanas kennen. Gemeinsam reisen wir mit dem fliegenden Teppich, machen Bekanntschaft mit Piraten und besuchen den Zauberwald. Durch ausgiebige Bewegung hast du die Möglichkeit besser in einen entspannten Zustand zu finden - den du auch in den Alltag mitnehmen kannst. Kinderyoga fördert das Gleichgewicht und die innere Balance, macht dich mutig & kräftig und vor allem macht es großen Spaß.

Die Kurse werden blockmäßig (5 Einheiten) angeboten.

**Termine:** **5er Block, dienstags ab 11. April 2023**

4 bis 6jährige: 14.30 bis 15.15 Uhr

7 bis 10jährige: 15.30 bis 16.20 Uhr

11 bis 14jährige: 16.30 bis 17.30 Uhr

**Ort:** **Turnsaal im Moar-Haus**

Dorfplatz 1, 3321 Stephanshart

**Anmeldung & Infos:** **Elisabeth Zehetner**

Kinder-Yoga Pädagogin

Kindergartenpädagogin

Traumapädagogin

T: 0660/486 03 04

E: [sissi.zehetner@gmail.com](mailto:sissi.zehetner@gmail.com)



**Kosten:** € 55,-- für 5 Einheiten

Das Gesunde Gemeinde-Team  
freut sich auf Ihre Teilnahme!

**GESUNDES  
ARDAGGER** |

