



GESUNDE  
KLEINREGION  
DONAU-YBBSFELD



# KinderYoga

## mit Katharina Schadauer

Warum ist Yoga für Kinder so wertvoll? Das Konzentrationsvermögen steigt, die körperliche Fitness, Koordination, das Selbstvertrauen. Der schönste Benefit aber geht in die Tiefe: Mitgefühl. Für das eigene Befinden und schließlich auch nach außen hin. Die kindliche und jugendliche Entwicklungszeit kann viel Chaos im Inneren auslösen. Yoga gibt dir die Werkzeuge, dieses leichter zu ordnen und einen sicheren Kraftplatz in dir zu finden.

- Start:** **1. Oktober 2024, jeweils Dienstags**  
Kiga-Gruppe, 3,5 bis 6 Jahre: 14.45 bis 15.35 Uhr  
Volksschul-Gruppe, 6 bis 9 Jahre: 15.45 bis 16.45 Uhr  
Mittelschul-Gruppe, 10-14 Jahre: 17 bis 18 Uhr
- Ort:** **Turnsaal Moar-Haus**  
Dorfplatz 1, 3321 Stephanshart
- Kosten:** **€ 120,-- für 10 Einheiten**  
*Für Kinder & Jugendliche der Kleinregion Donau-Ybbsfeld werden € 20,-- von der Initiative tutgut bzw. der Gesunden Kleinregion Donau-Ybbsfeld übernommen.*



### Infos & Anmeldung bei Katharina Schadauer

Kinder-Yoga-Pädagogin  
Yoga-Pädagogin  
[www.yogamitkatharina.at](http://www.yogamitkatharina.at)

T: 0676/909 44 19  
E: [katharina82@gmx.at](mailto:katharina82@gmx.at)

**Das Gesunde Gemeinde-Team  
freut sich auf Ihre Teilnahme!**

*Yoga mit  
Katharina*

