



# KINDERYOGA

FÜR DIE ALTERSKLASSEN:

3-5 JAHRE

6-8 JAHRE



**Kursstart: 30. August 24**

INTERESSE?  
Dann melde dich an  
oder erhalte mehr Infos



**Wann:** Fr, 15:30 Uhr (3-5 J.)  
Fr, 16:45 Uhr (6-8 J.)  
**Wo:** Mehrzweckraum der  
Pfeifenbäckerhalle, Hilgert  
**Kursgebühr:** 15 € für 6x 1 Stunde

\* Kurs: 30.08.-04.10.24, Gebühr: 2,50€/Kurseinheit  
für Mitglieder des TuS Hilgert e.V.



## WARUM KINDERYOGA?



Wir sind laut! Wir sind leise! Wir sind wild! Wir sind kreativ! Wir lachen, hören auf uns selbst und achten auf die anderen! Wir erleben wichtige Werte wie Zusammenhalt, Selbstvertrauen, Freundschaft oder Mut in Form einer Geschichte und durch altersgerechte Bewegung, Atmung und Achtsamkeitsübungen. Wir dürfen sein, wie wir sind!