



DRK_BEDEGNUNGSZENTRUM_HOEVE

 Deutsches
Rotes
Kreuz

Ortsverein
Hövelhof e.V.



**Start Februar
2024**

donnerstags

**Kurs
E46**

**15:45 – 16:30
Uhr**

**Gebühr:
25,00€ im
Monat**

Kinderyoga mit Danny

(für Kinder 4 bis 10 Jahre)

Du möchtest deinen Kindern was Gutes tun und selbst mal eine Stunde freie Zeit genießen?

Und dann sogar mit entspannten Kindern wieder gehen?

Danny ist Kinderyoga-Lehrerin: Mit ihrer unglaublichen Motivation macht sie die Dinge, die ihr am Herzen liegen. Ursprünglich Läuferin, hat sie nun die Yoga-Liebe gepackt. Sie ist im Unterricht mit viel Power dabei und begeistert Yoga – Minis und Yoga-Maxis mit ihrer kreativen und spielerischen Art.

Jede Stunde bereitet sie ein anderes Thema vor, für einen leichten Einstieg in die Yogawelt. So können Farben, Tiere, die Natur, besondere Feste oder auch Gefühle im Fokus stehen. Und die Kinder üben dabei Yoga - ganz wie die Großen. Es gibt eine Asana-Praxis (Körperübungen), Pranayama (Atemübungen).

Anmeldung unter begegnungszentrum@drk-hoewelhof.de

DRK Begegnungszentrum, Bahnhofstr.30, 33161 Hövelhof

www.drk-hoewelhof.de