

# WORKSHOP YOGA FÜR KINDER

**(5-10 JAHRE)**

**WANN**

**immer samstags**

**16:30 – 17:30 Uhr**

**10 x 1 Std. ab 23. März 2019**

**Termine: 23.03., 30.03., 13.04., 04.05., 11.05.,  
18.05., 25.05., 01.06., 08.06., 15.06.**

**WO**

**TV Eschersheim  
Spiegelsaal**

**Maybachstr. 14, 60433 Frankfurt**

**Sport • ist • im • Verein • am • schönsten •  
• Machen • Sie • bei • uns • mit •**

**WWW.TURNVEREIN-ESCHERSHEIM.DE**



## **INHALT**

Eine Kinderyoga Stunde ist aufgebaut mit dynamischen Übungen wie dem Sonnengruß, gehaltenen Asanas (Körperübungen), Pranayam (Atemübungen) und einer Meditation am Schluss.

Die Übungen werden spielerisch mit anderen Elementen z.B. Austoben lassen, Musik, Trommeln und mit verschiedenen Spielen verbunden.

## **TRAINERIN**

Sujatha Thirunavukkarasu

## **KOSTEN**

25,00 € Mitglieder

62,50 € Nicht-Mitglieder

## **BEZAHLUNG**

bitte erst nach Erhalt der Teilnahmebestätigung

## **ANMELDUNG**

Anmeldeschluss: 10.03.19  
zur Anmeldung bitte das Anmeldeformular verwenden.