

„Yoga 4 Kids“ – Informationen für Eltern

Liebe Eltern,

Sie haben Ihr Kind zum Kurs „Yoga 4 Kids“ angemeldet:
Yoga für Kinder ist ein spielerisches Bewegungsangebot zur Förderung der Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit und Konzentration. Kleine Entspannungsübungen ergänzen die Körperübungen.

Damit sich Ihr Kind im „Yoga 4 Kids“ Kurs wohlfühlt, bitte ich Sie, folgende Hinweise zu beachten:

- ✓ bequeme Kleidung, Anti-Rutsch-Socken (keine Strumpfhosen!)
- ✓ ca. 1,5 Std. vorher keine große Mahlzeit, aber ausreichend trinken
- ✓ Getränk für die Übungsstunde (Wasser oder Tee)
- ✓ kranke Kinder (Fieber!) dürfen kein Yoga üben (bitte tel. Absage!)
- ✓ bei Vorerkrankungen ist die Kursteilnahme ärztlich abzuklären

Falls Sie Ihr Kind beim Üben zu Hause unterstützen möchten oder Ihr Kind an einem Buch interessiert ist:

- „Yoga mit Babar“, Laurent de Brunhoff, ISBN: 3896602128
- „Der kleine Yogi“, Christine Rank, ISBN: 3895160776
- „Yoga für Kinder“, Thomas Bannenberg, ISBN: 377426984X

Wenn Sie Fragen haben erreichen Sie mich per Telefon/E-Mail:

Yoga & Naturheilpraxis
Beate Maria Wiedemann
Heilpraktikerin & Yogatherapeutin

Boschstr. 15
73655 Plüderhausen

Tel: 07181/4735873
Mail: mobile-yogini@gmx.de

Mobil: 0179/9477092
Web: www.mobile-yogini.de