



Entspannung für Kinder

Carmen Bauer

Qualifikation:

Ausbildung als Entspannungspädagogin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Kurse in Kindergärten und anderen Einrichtungen

Kursbeschreibung:

"Die Ruheinsel" Entspannung für Kinder ab 5 Jahren. Entspannung und Konzentration von Kindern fördern. Kinder sollten schon früh erlernen Ruhe und Konzentration im Alltag bewusst einzubeziehen, um Ängste und Stress abzubauen. Sie erfahren spielerisch und ohne Druck ihren Körper, Atmung sowie Regelmäßigkeit und Kontinuität. Mit Elementen aus Yoga, Tai Chi, Qi Gong, Klangschalen u.v.m. Auch für Kinder mit ADS und ADHS.

Voraussetzungen:

Bitte Decke, warme Socken, evtl. Kissen mitbringen.

Wöchentlich

Preis je Teilnehmer

monatlich 40 €

Mindestteilnehmer 5

Dauer: 1 Stunde

Buchung über Cocopelli Tel.: 06254 / 308852

Dienstags von 15.00 - 16.00 Uhr

Beginn ab September