



# Turnerschaft 1860 Frankfurt am Main-Heddernheim

Habelstraße 11, 60439 Frankfurt / Main

Neuer  
Kurs  
ab 11.03.



## „kinderleicht“

Stell dir vor, Du bist mutig wie ein Löwe, stark wie ein Gorilla und lebendig wie ein Frosch – ein herrliches Gefühl, das man – Du wirst es merken – mit ein wenig Übung trainieren kann.

Yoga für Kinder sind sanfte Bewegungen, mit denen die Kinder z.B. Tier- und Pflanzenfiguren spielerisch darstellen. Die Figuren sind dynamisch und werden schnell zu richtigen Rollen, die die Kinder einnehmen.

Kinderyoga wirkt ganzheitlich, auf Körper und Psyche, unterstützt ein gesundes Wachstum, sorgt für mehr Ausgeglichenheit und fördert Konzentrationsvermögen und Kreativität.

Unter Anleitung einer ausgebildeten Tanzpädagogin / Yogalehrerin werden die Kinder sich dehnen und drehen, strecken und recken, atmen und lachen... und erleben, was ihr Körper alles kann.

**Für wen:** Für Kinder von ca. 5 bis 8 Jahren

**Wann:** jeweils montags von 14:45 bis 15:30 Uhr, 10 Kurseinheiten à 45 Minuten  
Beginn: Montag, 11. März 2024  
Termine: 11.03., 18.03., 29.04., 06.05., 13.05., 27.05.,  
03.06., 10.06., 17.06. und der 24.06.2024.

**Wo:** Gymnastikraum

**Preis:** 40,- € Vereinsmitglieder  
60,- € für Kinder, die nicht im Verein sind

**Teilnehmerzahl:** mind. 8 Kinder, max. 10 Kinder

**Bitte mitbringen:** Bequeme sportliche Kleidung (Leggings, T-Shirt),  
Noppensocken, gegebenenfalls ein Getränk

**Leitung:** Angela Feuerbach

**Für eine verbindliche Anmeldung verwendest Du  
bitte unser Kursanmeldeformular.**



Bildquelle: brgfx auf Freepik