



## Kinderyoga 4 – 6 Jahre Kinderyoga 7 – 10 Jahre

Kinderyoga soll die Kinder unterstützen, emotionale und körperliche Stärke zu entwickeln. Durch beständige Yogapraxis entwickeln Kinder mehr Selbstvertrauen & Selbstsicherheit. Sie verbessern Ihre Konzentrationsfähigkeit & trainieren Ihr Gedächtnisvermögen. Sie lernen besser loszulassen, mit Ihren Gefühlen besser umzugehen, mutiger durchs Leben zu gehen und sich selbst und Ihren Körper besser wahrzunehmen & anzunehmen. Und das alles mit Spaß & Freude 😊

**dienstags, 15:00 – 15:45 Uhr 4 – 6 Jahre**

**dienstags, 16:00 – 16:45 Uhr 7 – 10 Jahre**

**Termine: 6 x 45 Minuten 09.04./16.04./23.04./30.04./07.05./14.05.2024**

**Kursleitung: Angelina Schanz, lizenzierte Kinderyogalehrerin**

**Wo: MTV-Sportzentrum, Spiegelsaal, Turnerstr. 31-33, 55120 Mainz-Mombach, Eingang rechts am Gebäude entlang, 2. Tür**

**Kosten: Vereinsmitglieder 21,00 Euro / Nichtmitglieder 32,00 Euro**

**Mitzubringen: Yogamatte bzw. rutschfeste Matte**

Die Anmeldung ist ab sofort über unsere Homepage oder QR-Code möglich.



**Mombacher  
Turnverein 1861 e. V.**



Anmeldung über [www.mombacherturnverein.de](http://www.mombacherturnverein.de) - Kursangebote

Dein Sport. Dein Verein.