

## Ferien-Workshops 2018/19

### Kinderyoga & kreatives Gestalten

Zielgruppe:	Mädchen und Jungen im Alter von 6 bis 10 Jahre
Größe:	bis zu 12 Kinder
Dauer:	zwei oder drei Stunden
Laufzeit:	z.B. 1x täglich in der Ferienbetreuung
Honorar:	nach Absprache
Materialkosten:	nach Absprache

Ein Angebot, das über Yoga hinausgeht, ist dieser Workshop für Körper, Geist und Seele. Es kombiniert verschiedene Aktivitäten und hat sich an Schulen (OGS) und als Kurs in der Ferienbetreuung bewährt. Kinder verfügen von Natur aus über ein enormes Potential an Kreativität und haben Lust daran, Dinge mit ihren Händen und ihrer Fantasie entstehen zu lassen. Daher gibt es nach der Yogastunde Raum für Kreativität. Nach den Bewegungen und der Entspannung macht es den Kindern Spaß, in der Gemeinschaft zu basteln, ohne bewertet oder benotet zu werden. Bei ruhiger Musik beschäftigen wir uns in entspannter Atmosphäre mit unterschiedlichen Bastelarbeiten.

Wir basteln Traumfänger, flechten Freundschaftsarmbändchen, bemalen Steine, malen Mandalas, basteln Postkarten, oder, oder... Wir zeichnen die erlernten Yogaübungen und lernen so die positiven Effekte des Erlernten für unsere Seele und unseren Körper.



#### Kursleitung

Susanne Marzak

Mobil: 0172-2060535

E-Mail: susanne@123-yoga.de

