



YOGA FÜR KINDER (2 – 5 Jahre) UND IHRE ELTERN

SCHENKEN SIE SICH UND IHREM KIND:

- Gesundheit und Selbstbewusstsein
- Lebensfreude
- Flexibilität
- Konzentration
- Kreativität

In dieser hektischen Zeit, in der nicht nur Erwachsene, sondern auch die Kinder schon früh Druck und Stress erleben, kann Yoga Ihnen eine Oase der Ruhe und der Selbsterfahrung bieten. Zentral im Yoga ist auch, ein gutes Körpergefühl zu erfahren und die Selbstsicherheit zu stärken.

Kursdaten:

- | | |
|-----------------|---------------|
| • 17. März 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 31. März 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 5. Mai 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 19. Mai 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 2. Juni 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 16. Juni 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 7. Juli 2009 | 17.30 – 18.15 |

Kosten: CHF 140.- (neu 7 Daten)

Kursleitung: Angela Croce von Yoga for Life

Kursort: neu im Alterszentrum Giebeleich, Talackerstrasse 70, Glattbrugg Schulungsraum

Anmeldung: Familienzentrum Opfikon – Glattbrugg, Franziska Müller Pfiffner, 043 534 51 82
oder [Franziska@e-pros.ws](mailto:franziska@e-pros.ws)



YOGA FÜR KINDER (2 – 5 Jahre) UND IHRE ELTERN

SCHENKEN SIE SICH UND IHREM KIND:

- Gesundheit und Selbstbewusstsein
- Lebensfreude
- Flexibilität
- Konzentration
- Kreativität

In dieser hektischen Zeit, in der nicht nur Erwachsene, sondern auch die Kinder schon früh Druck und Stress erleben, kann Yoga Ihnen eine Oase der Ruhe und der Selbsterfahrung bieten. Zentral im Yoga ist auch, ein gutes Körpergefühl zu erfahren und die Selbstsicherheit zu stärken.

Kursdaten:

- | | |
|-----------------|---------------|
| • 17. März 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 31. März 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 5. Mai 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 19. Mai 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 2. Juni 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 16. Juni 2009 | 17.30 – 18.15 |
| • 7. Juli 2009 | 17.30 – 18.15 |

Kosten: CHF 140.- (neu 7 Daten)

Kursleitung: Angela Croce von Yoga for Life

Kursort: neu im Alterszentrum Giebeleich, Talackerstrasse 70, Glattbrugg Schulungsraum

Anmeldung: Familienzentrum Opfikon – Glattbrugg, Franziska Müller Pfiffner, 043 534 51 82
oder [Franziska@e-pros.ws](mailto:franziska@e-pros.ws)