

# Workshop Kinderyoga



In unserem Yoga Workshop lernen die Kinder durch spielerische Bewegungen und Entspannung mit Spaß die eigene Beweglichkeit und Motorik zu erforschen.

Wir spüren achtsam unseren eigenen Körper durch individuelle Bewegungserfahrungen im Wechsel von Aktivitäts- und Entspannungsphasen. Neben der ganzheitlichen Körpererfahrung werden Sinneswahrnehmung, Aufmerksamkeit und Konzentration geschult und verbessert, Verspannungen und Ängste reduziert und das Selbstvertrauen und die Selbstwirksamkeit gefördert.

- Kurstermine:** Samstag, 19.10.2024 (Halloween- Workshop)  
Samstag, 07.12.2024 (Weihnacht – Workshop)
- Halle:** Südstadthalle
- Tag/Uhrzeit:** Samstag, 10.00 – 11.30 Uhr
- Kursleiterin:** Jil Kirchmayer (Erzieherin, Kinderyogalehrerin und Vinyasa Power Yoga Lehrerin)
- Zielgruppe:** Kinder 3 – 7 Jahre
- Kosten:** Einzeltermin: 20,00 € (je Workshop)
- Anmeldung:** Online unter [www.tvvillingen.de](http://www.tvvillingen.de) oder in Ausnahmefällen telefonisch oder per Mail
- Max. Teilnehmerzahl:** 10 Teilnehmer
- Mitzubringen:** bequeme Kleidung und etwas zu Trinken



**Turnverein  
1848 Villingen e.V.**

**ANBIETER**  
Turnverein 1848 Villingen e.V.  
Färberstrasse 14  
780050 VS-Villingen

**TELEFON**  
07721/26408

**E-MAIL**  
[info@tvvillingen.de](mailto:info@tvvillingen.de)