



# KID'S YOGA SPORT WOCHE

mit Bewusstseinstrainerin und KinderYoga Lehrerin

*Margot Selina Wendt*



Wolltest du schon immer mal so groß wie eine Giraffe und  
so stark wie ein Löwe sein?

Diesmal gehts eine Woche lang nur darum, dass du im Mittelpunkt stehst als Kind! Dass wir gemeinsam  
Yoga und Sport machen und gleichzeitig jede Menge Spaß miteinander haben werden!



8:30 Morgen Aufwach-Yoga

9:00 Klopfübungen zum Selbstwert stärken

9:30 freies Spielen

10:30 Basteln, Bauen, kreativ sein

11:30 gemeinsames Kochen

12:30 Mittagspause

14:00 Sport - Kraft - Ausdauer

15:00 Geschicklichkeitsübungen

16:00 Achtsam den Tag abschließen

mit Dankbarkeitsübungen & dem Erwecken deiner Zauberkraft

**Altersgruppe:** 6-10 Jahre

**Wann:** 20.7. - 24.7. jeweils von 8:30 - 16:30

**Ort:** In Unterstinkenbrunn 189

**Mitzubringen:** eine Matte und eine Trinkflasche

**Preis pro Kind:** 150,-

**Anmeldung unter:** 0676/9087451

**Nach dem Motto: Stark & Happy in den Sommerferien**

*Ich freu mich auf DICH!  
Alles Liebe und Namasté ;)*

*Margot*