

# Kinder Yoga

**Ort:** Sportschule Senshu  
Wismarer Str. 42 12207 Berlin

**Termin:** donnerstags 16:00 Uhr Vorschulkids  
16:45 Uhr Schulkids 1.-3. Klasse

**Inhalte:** Im Kinderyoga vermitteln wir schon den Kleinsten erste Haltungen wie Frosch, Tiger oder Schmetterling. Tatsächlich aber ist Kinderyoga viel mehr als nur die reine Bewegung. Je nach Altersgruppe lernen die Kids mit den - meist tierischen - Haltungen viel über ihre Bedürfnisse, ihren Körper und ihre Gefühle.

**Leitung:** Andrea ist Mutter einer Teenie-Tochter, verheiratet und lebt mit zwei Katzen in Berlin. Sie praktiziert seit 16 Jahren Yoga. Als ihre Tochter geboren wurde, wollte diese immer mit auf die Yogamatte - was für Andrea der Wendepunkt ihrer Yogapraxis bedeutete.

