



# YOGA für kids & teens



## Yoga für Kids

Yoga ist ein Spiel mit deinem Körper. In kräftigenden Asanas tauchen wir in die Tierwelt ein. Du kommst in Berührung mit deinem Atem und deinen Sinnen. Dein Geist geht auf die Reise in die Welt der Phantasie, der Naturelemente und Entspannung.

**7 Termine 90€**

**Donnerstag 16:15 Uhr / Musikwiese MA-Neckarstadt, Lenaustr. 63**

## Yoga für Teens

Beim Yoga bist Du online mit Dir selbst. Dein Geist entspannt und die Daumen haben Pause. Yoga ist ein tolles Tool für deinen Körper, das Spaß macht und hilft, Dich besser konzentrieren zu können.

**7 Termine 90€**

**Donnerstag 15 Uhr / Musikwiese MA-Neckarstadt, Lenaustr. 63**

**Dienstag 15:45 Uhr / Yogastudio MA, E7 14**

**Information / Christine Dettmar**

**tel 0621-82 82 184 / mobil 0163-82 82 184**

**christine.dettmar@web.de / [www.ayurveda-yoga.net](http://www.ayurveda-yoga.net)**

