

# Kinderworkshop

## Yoga & Basteln zum Thema Herbsttiere

Die Kinder tauchen in die Welt der Herbsttiere ein. Spielerische Yogaübungen, die die Fantasie, Koordination und Achtsamkeit fördern. Im Anschluss wird passend zum Thema gebastelt.



**SA 11.10.25 11 - 12.30 Uhr**

für Kinder im Alter von 4 - 10 Jahren

Kosten 24€ pro Kind



# Familienworkshop

## Yoga & Basteln zum Thema Herbst

Eltern & Kinder entdecken gemeinsam die Schönheit des Herbstes. Durch altersgerechte Yogaübungen wird die Beweglichkeit, das Bewusstsein für den Körper und die Bindung gestärkt. Anschließend basteln wir Pilzhäuser.

**SA 11.10.25 13 - 15 Uhr**

für Kinder im Alter von 4 - 10 Jahren

Kosten 40€ pro Familie (1 Erwachsener + Kind/Kinder)



Anmeldungen bei Jeannine Brungert unter 0157/89155173 oder per Mail an [kurse@drk-familienzentrum-nordwalde.de](mailto:kurse@drk-familienzentrum-nordwalde.de)



Kinderyoga fördert Selbstvertrauen, schult das soziale Verhalten, steigert die Konzentrationsfähigkeit & weckt Lebensfreude.