

Yoga für 10 – 12 Jährige

Habt ihr Lust euch zu bewegen und gleichzeitig zu entspannen? Beim Yoga könnt ihr coole Übungen ausprobieren, eure Balance testen und einfach mal abschalten. Ihr lernt einfache Bewegungen, entspannte Atemübungen und coole Asanas, die euch helfen können euch besser zu konzentrieren und euren Körper bewusst wahrzunehmen. Egal ob ihr Energie habt oder Ruhe liebt, hier ist ein Platz für euch an dem ihr euch ausprobieren dürft. Ganz ohne Druck, hauptsächlich ihr habt Spaß!



Termine: Fr., 19.06.2026

Uhrzeit: 17:00 – 18:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Arche Noah, Loosstraße 37a, 49809 Lingen

Kosten: 5,00 Euro

Anmeldeschluss: Fr., 12.06.2026

Teilnehmerzahl: max. 10 Personen

Dozent:in: Nadine Laabs, Erzieherin

Anmeldung und Information:

Familienzentrum Arche Noah

Tel.: 0591 9150614

KTS.Johannes.Lingen@evlka.de