

Preis
240 EUR
SEMESTER

LABA KIDS

YOGA & MINDFULNESS IM KINDERGARTEN



FÜR
ALLE KINDER
ZWISCHEN
3,5-6 JAHREN

mit vielen
Koordinations-
und Balance-
übungen,
Fantasiereisen,
Meditationen,
schönen Momenten
und Erinnerungen

www.labacamps.at/kinderyoga



Was die Kinder bei uns lernen?

- ihren Körper bewusst und achtsam wahrzunehmen
- Alltagsstress, Bewegungsmangel und Kopflastigkeit auszugleichen
- Fantasie und Kreativität zu erleben
- positive Gefühle und Empathie zu stärken
- eigene Gefühle besser auszudrücken
- Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen zu entwickeln
- Gleichgewicht, Koordination und Beweglichkeit zu stabilisieren
- Gemeinschaftsgefühl zu spüren
- mehr Freude an der Bewegung ganz ohne Leistungsdruck zu haben

ANNA NARLOCH-MEDEK

verdankt ihre Yoga Erfahrungen zahlreichen Reisen und zertifizierten Ausbildungen in Indien und Österreich: Yoga, Achtsamkeit & Meditation für Kinder und Jugendliche, Ashtanga Vinyasa (500 RYT), Kundalini Yoga (200 RYT), Pre- & Postnatalyoga, Yoga für Senioren und Singing Bowl Sound Therapy.

Seit Jahren leitet sie mit viel Leidenschaft und Liebe [LABA KREATIVE KINDERCAMPS IN WIEN](#) mit Kunst und Kultur Schwerpunkt.

