



FamilienYoga-Workshop

Wie wäre es...

- ..., wenn das **Wochenende mit viel Leichtigkeit** und Gekicher starten würde?
- ..., wenn jedes Familienmitglied – ob laut oder leise, schüchtern oder frech – genau **so sein darf, wie es im Moment ist?**
- ..., wenn es einen **Ort** geben würde, wo Zeit und **Leistung keine Rolle** spielen?
- ..., wenn ihr als **Familie aufatmen** könntet und euch wieder ganz nah kommt?

Oh ja! Das willst du? Dann bist du bei diesen Workshops genau richtig.

Nach einer gemeinsamen Begrüßungsrunde tanzen und laufen wir mal durch den Raum, um unsere Anspannung und den Stress der Woche abzubauen. Danach folgen lustige Spiele und spannende Yogaabenteuer. Dabei übt ihr als Familie auf einer Matte gemeinsam. Manchmal gibt es auch Eltern- und Kinderteams, die andere Aufgaben erledigen müssen.

Am Ende wird es ruhig, und wir kuscheln uns gemeinsam unter eine Decke und genießen die Stille im Kopf.

Mitmachen können kleine und große YogINis im Alter von 3 bis 99 Jahren – mit und ohne Erfahrung.

Bitte mitbringen: eigene Yogamatte, Decke sowie Trinkflasche

Termine: Fr 08.10., Fr 05.11. Fr 10.12.2021 - jeweils 15:30 Uhr - *Dauer: 60 - 75 Min (je nach Aufmerksamkeitsspanne der Kinder)*

Kosten

€ 25,-- für ein Eltern-Kind Paar / Termin

€ 5,-- zusätzlich pro Familienmitglied (ab 3 Jahren)/ Termin

Paketpreis: 69,--

€ 12,-- zusätzlich pro Familienmitglied ab 3 Jahren

Wo? Atelier Fam. Andrea Gepp, Bahnstraße 1, 2124 Niederkreuzstetten - *Der Kurs findet unter Einhaltung der jeweils geltenden Corona Regeln statt!*

Ich freu mich auf dein(e) Kind(er) & Dich!

Marianne Rott 🧘‍♀️👩‍🎓👧🐾

(Kinesiologin, Kinder- & Jugendcoach, integrale Kinderyogalehrerin)

Info & Anmeldung bei Marianne Rott unter Tel. 0676/3690369