

# Kinderyoga *für 7 bis 10-Jährige*

## mit Fokus auf Achtsamkeit und kreativem Spiel

Gemeinsam gestalten wir bunte Stunden, in denen wir uns mal laut, mal leise bewegen, mal groß und mal klein machen, mal flüstern und mal singen. Wir erkunden, wie sich Bewegung anfühlt und was Stille mit uns macht. Dabei bereisen wir das ein oder andere Land, lernen neue Welten kennen und erleben gemeinsam bunte Abenteuer.

### Wo?

Pfarrsaal Pfarre Hildegard Burjan - Neufünfhaus  
Vogelweidplatz 7, 1150 Wien, Eingang an der  
Rückseite des Kindergartens

**Kosten:** 16 Euro pro Termin

### Mitbringen:

- bequemes Gewand
- Trinkflasche
- Yogamatte

**Wann?** Dienstags von **16.45- 17.45 Uhr** am

- Di., **5. November** 2024
- Di, **12. November** 2024
- Di, **19. November** 2024
- Di, **26. November** 2024
  
- Di, **3. Dezember** 2024
- Di, **10. Dezember** 2024
- Di, **17. Dezember** 2024

**Einstieg jederzeit  
möglich :-)**

**Anmeldung jeweils spätestens bis zum Vorabend per  
Mail oder SMS:** [valentina.vich@gmail.com](mailto:valentina.vich@gmail.com), 068181632440

**Ich freue mich auf euch!**



Valentina Vich, Alszeile 101/12, 1170 Wien, 0681 81632440