



Weck den Löwen in dir!

Yoga für Kinder

Entspannen, konzentrieren, bewegen.

Kinder von 6 bis 12 Jahren lernen 1 x pro Woche Yoga als Bewegungs- und Entspannungsmethode kennen. Besonders geeignet für Kinder mit Konzentrations- und Bewegungsmangel.

- » Mit Yoga können wir uns selbst und unsere Gefühle bewusster wahrnehmen.
- » Yoga stärkt das Selbstvertrauen.
- » Es hilft beim entspannten Umgang mit Alltagsstress.
- » Wenn die Kinder regelmäßig üben, können sie sich immer besser konzentrieren, ihre Gefühle leichter regulieren und Abstand zum quirligen Alltag gewinnen.
- » Yoga macht Kindern Lust auf Bewegung – und Yoga macht Spaß.

Die Teilnahme ist kostenlos.



Weck den Löwen in dir!

Yoga für Kinder

Entspannen, konzentrieren, bewegen.

Kinder von 6 bis 12 Jahren lernen 1 x pro Woche Yoga als Bewegungs- und Entspannungsmethode kennen. Besonders geeignet für Kinder mit Konzentrations- und Bewegungsmangel.

- » Mit Yoga können wir uns selbst und unsere Gefühle bewusster wahrnehmen.
- » Yoga stärkt das Selbstvertrauen.
- » Es hilft beim entspannten Umgang mit Alltagsstress.
- » Wenn die Kinder regelmäßig üben, können sie sich immer besser konzentrieren, ihre Gefühle leichter regulieren und Abstand zum quirligen Alltag gewinnen.
- » Yoga macht Kindern Lust auf Bewegung – und Yoga macht Spaß.

Die Teilnahme ist kostenlos.



Weck den Löwen in dir!

Yoga für Kinder

Entspannen, konzentrieren, bewegen.

Kinder von 6 bis 12 Jahren lernen 1 x pro Woche Yoga als Bewegungs- und Entspannungsmethode kennen. Besonders geeignet für Kinder mit Konzentrations- und Bewegungsmangel.

- » Mit Yoga können wir uns selbst und unsere Gefühle bewusster wahrnehmen.
- » Yoga stärkt das Selbstvertrauen.
- » Es hilft beim entspannten Umgang mit Alltagsstress.
- » Wenn die Kinder regelmäßig üben, können sie sich immer besser konzentrieren, ihre Gefühle leichter regulieren und Abstand zum quirligen Alltag gewinnen.
- » Yoga macht Kindern Lust auf Bewegung – und Yoga macht Spaß.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Yoga für Kinder

Anmeldung und Information

Aufwind



jugend
familien
förderung
reinickendorf
Bezirksamt Reinickendorf – Abt. Jugend und Familie
www.jugend-reinickendorf.de

Wann dienstags 15.30–16.30 und 17–18 Uhr
Beginn: 9. März 2010

Wo Freizeitzentrum
Pankower Allee 47-51
13409 Berlin

Teilnehmer Kinder von 6 bis 12 Jahren
max. 10 Teilnehmer

Leiterin Bärbel Jesswein
Sozialpädagogin und Yogalehrerin

Freizeitzentrum Pankower Allee
Herr Ottmann
Telefon 49 99 76 04
Pankower Allee 47-51 · 13409 Berlin
www.pankower-berlin.de

Aufwind-Büro
Sabine Fährnders
Wochentags von 9-14 Uhr
Telefon 319 89 12 -00
Vierwaldstätter Weg 7 · 13407 Berlin
info@aufwind-berlin.de
www.aufwind-berlin.de

Kinderyoga ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem
Jugendamt Reinickendorf Ost und Aufwind e. V.

Aufwind ist ein freier Träger der Jugendhilfe und unter-
stützt Kinder und Jugendliche/Schüler sowie Familien im
Norden Berlins mit Hilfen rund um die Schule, Hilfen zur
Erziehung, Familientherapie, begleitetem Umgang und
Projekten & Kursen.

www.pacificgrafik.de

Yoga für Kinder

Anmeldung und Information

Aufwind



jugend
familien
förderung
reinickendorf
Bezirksamt Reinickendorf – Abt. Jugend und Familie
www.jugend-reinickendorf.de

Wann dienstags 15.30–16.30 und 17–18 Uhr
Beginn: 9. März 2010

Wo Freizeitzentrum
Pankower Allee 47-51
13409 Berlin

Teilnehmer Kinder von 6 bis 12 Jahren
max. 10 Teilnehmer

Leiterin Bärbel Jesswein
Sozialpädagogin und Yogalehrerin

Freizeitzentrum Pankower Allee
Herr Ottmann
Telefon 49 99 76 04
Pankower Allee 47-51 · 13409 Berlin
www.pankower-berlin.de

Aufwind-Büro
Sabine Fährnders
Wochentags von 9-14 Uhr
Telefon 319 89 12 -00
Vierwaldstätter Weg 7 · 13407 Berlin
info@aufwind-berlin.de
www.aufwind-berlin.de

Kinderyoga ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem
Jugendamt Reinickendorf Ost und Aufwind e. V.

Aufwind ist ein freier Träger der Jugendhilfe und unter-
stützt Kinder und Jugendliche/Schüler sowie Familien im
Norden Berlins mit Hilfen rund um die Schule, Hilfen zur
Erziehung, Familientherapie, begleitetem Umgang und
Projekten & Kursen.

www.pacificgrafik.de

Yoga für Kinder

Anmeldung und Information

Aufwind



jugend
familien
förderung
reinickendorf
Bezirksamt Reinickendorf – Abt. Jugend und Familie
www.jugend-reinickendorf.de

Wann dienstags 15.30–16.30 und 17–18 Uhr
Beginn: 9. März 2010

Wo Freizeitzentrum
Pankower Allee 47-51
13409 Berlin

Teilnehmer Kinder von 6 bis 12 Jahren
max. 10 Teilnehmer

Leiterin Bärbel Jesswein
Sozialpädagogin und Yogalehrerin

Freizeitzentrum Pankower Allee
Herr Ottmann
Telefon 49 99 76 04
Pankower Allee 47-51 · 13409 Berlin
www.pankower-berlin.de

Aufwind-Büro
Sabine Fährnders
Wochentags von 9-14 Uhr
Telefon 319 89 12 -00
Vierwaldstätter Weg 7 · 13407 Berlin
info@aufwind-berlin.de
www.aufwind-berlin.de

Kinderyoga ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem
Jugendamt Reinickendorf Ost und Aufwind e. V.

Aufwind ist ein freier Träger der Jugendhilfe und unter-
stützt Kinder und Jugendliche/Schüler sowie Familien im
Norden Berlins mit Hilfen rund um die Schule, Hilfen zur
Erziehung, Familientherapie, begleitetem Umgang und
Projekten & Kursen.

www.pacificgrafik.de