

Yoga Krabbelgruppe



für Kinder von 0-2 Jahren mit Begleitperson

- Entspannung im Alltag
- Nach oder zeitgleich mit Rückbildung
- Austausch unter Mamas
- Auch für Großeltern und Väter offen
- Freies Spiel für die Kleinen
- Kinder werden mit Bewegungsliedern in bestimmte Übungen einbezogen

 Sportbude Gelsenkirchen-Ückendorf

Mittwochs, 12:30- 13:30

Kostenfrei*, mit Voranmeldung



Melde dich per Email für den Kurs an:

 lina@lichtkraftyoga.de

Plätze sind auf 10 Teilnehmende begrenzt.

Bitte mitbringen:

- Bequeme Kleidung für dich und dein Kind
- Yogamatte (wenn du keine hast, gibt es Turnmatten vor Ort)
- Krabbeldecke
- Wickelunterlage (Es gibt keinen Wickeltisch vor Ort, aber Umkleiden im separaten Raum)
- * Für die Kursorganisation und das Spielmaterial, würde ich mich über eine kleine Spende in der ausliegenden Spardose freuen.