

Kinderyoga lesblok 7 lessen

Happy on the move



Meerdaagse activiteit

14, 21, 28 nov, 12 dec, 9, 16 en 23 jan



Tijdstip

van 16:00 tot 17:00 uur



Happy on the move

Waterkeringweg 26, Sliedrecht

Kinderyoga lesblok

Kom mee op yoga-avontuur!

Yoga is voor iedereen, en dus ook voor jou! In onze yogalessen ontdek je op een speelse manier hoe je kunt bewegen, ontspannen en goed ademhaalt. In 7 lessen leer je allerlei yogahoudingen en manieren die je helpen sterker en rustiger te worden.

Yoga is meer dan alleen bewegen. Het is een avontuur waarin je leert luisteren naar je eigen lichaam. Wat vertelt het jou? Hoe voelt het als je beweegt of diep ademhaalt?

Door yoga kom je erachter wat je allemaal kunt! Je wordt leniger, sterker en krijgt meer balans. Maar ook van binnen gebeurt er iets: je voelt je rustiger en krijgt meer zelfvertrouwen. In een wereld die soms druk en snel is, geeft yoga je een fijn moment om even te stoppen, te ademen en gewoon even te zijn.

Kinderyogadocent Sabien leert je dat yoga niet alleen leuk is, maar dat het je ook helpt om je beter te voelen, te ontspannen en jezelf beter te leren kennen. In onze lessen mag je helemaal jezelf zijn en ontdek je op jouw eigen manier hoe sterk en bijzonder jij bent!

Inschrijven doe je via [deze link](#).

Wijken

Alle wijken

Voor wie

Kinderen

Waarover

Kind / jeugd / jongeren, Sport en bewegen

Wat

Workshop / cursus



Ga voor meer informatie naar
sliedrechtdoet.nl/agenda

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26

Kinderyoga lesblok 7 less...
14.21. 28 nov. 12 dec. 9. 16 er
Waterkerfngweg 26
