

Jahreskurs 2027 Kinderyoga

05.10.2026



Kurs 402 + 409

mit Cecile Offenhäuser

In diesem vierwöchigen Kurs lernen Kinder Yoga auf spielerische und achtsame Weise kennen. Mit einfachen Yogaübungen, Atemübungen und Entspannung entdecken sie ihren Körper und nehmen Körper und Gefühle bewusster wahr. Im Mittelpunkt stehen nicht Leistung oder Perfektion, sondern die Freude am Ausprobieren, Wahrnehmen und Entdecken. In einer kleinen Gruppe entsteht ein geschützter Raum, in dem jedes Kind seinen eigenen Zugang zum Yoga finden darf. Der Kurs umfasst vier aufeinander aufbauende Termine. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Cecile Offenhäuser meditiert regelmäßig seit 2015. Vertiefung der Lehre durch Jahreskurse und Retreats u.a. bei Tina Künstner, Roland Nyanabodhi, Fred von Allmen, Ingeborg Mösching und Rainer Künzi. Thai Yoga Massage Praktizierende, Anusara- und Kinder Yogalehrerin

Kurs 402

Termine: 4 x Donnerstag

03.06. / 10.06. / 17.06. / 24.06.

Zeit: 16.45 - 17.30 Uhr

Kursgebühr: 60 Euro

Für diesen Kurs ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.

Kurs 409

Termine: 4 x Donnerstag

30.09. / 07.10. / 14.10. / 21.10.

Zeit: 16.45 - 17.30 Uhr

Kursgebühr: 60 Euro

Für diesen Kurs ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.