

**Michaela Klaus**  
Dipl.-Sozialpädagogin  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Entspannungspädagogin  
Mentaltrainerin

Tel.: 06657 / 914951  
Mail: [info@kinderpsychotherapie-rhoen.de](mailto:info@kinderpsychotherapie-rhoen.de)  
[www.kinderpsychotherapie-rhoen.de](http://www.kinderpsychotherapie-rhoen.de)

# KINDERYOGA - BEWEGUNG - ENTSPANNUNG für Kids (5 - 13 Jahre)

(Kurs für 1 Person/ 1 mal 60 Minuten)



## Kursinhalte:

Yogageschichte mit Asanas  
Atemübung  
Achtsames Klangschalenspiel  
Meditation  
Stille-Übung  
Wohlfühl-Rücken-Massage mit Igelbällen  
Fantasiereise

**Kursort:** Am Steinbruch 17, 36145 Hofbieber-Traisbach (Entspannungsraum)

**Kurszeit:** Termine nach Vereinbarung

**Kosten:** 20.- (Gebühr bitte am Kurstag vor Ort zahlen)

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, kleines Kopfkissen und Decke mitbringen.  
Eine Matte und etwas zum Trinken gibt es vor Ort.