

WUNDERTÜTE KÖRPER



ein Angebot für +/- 7 bis 10 jährige Kinder



Mit einfachen Körperwahrnehmungs- und Yogaübungen, angeleiteten Bewegungssequenzen oder freiem Tanzen entdecken wir unseren Körper als «Wundertüte». Wir lauschen einer Geschichte, singen Lieder, sprechen über Gefühle und erkennen unsere Einzigartigkeit. Ab und zu lassen wir bei einer geführten Phantasie-reise eigene innere Bilder entstehen und malen diese wenn wir noch genügend Zeit haben mit Neocolor auf ein grosses Blatt Papier.

Die Kinder brauchen keine Vorkenntnisse, sollen sich jedoch gerne mit und ohne Musik bewegen und sich auf Entspannungsmomente einlassen können.

Daten: ab September vier Freitage bis zu den Weihnachtsferien
27.September / 1. und 29.November / 13.Dezember
weitere vier Mal vom Frühling bis zu den Sommerferien

Zeit: jeweils 16.00h bis 17.15h

Ort: im Begegnungsraum der reformierten Kirche Churwalden

Mitbringen: bequeme Kleidung, Turntäppeli oder Antirutschsocken, Trinkflasche, leichte Decke, Kuscheltier für Entspannung (die Yogaübungen machen wir barfuss auf Yogamatten)

Kosten: 15 Fr. pro Lektion oder 50 Fr. für alle 4 mal

Leitung: Bettina Schär-Tscholl,
Kindergartenlehrperson, Yogalehrerin, Tanzpädagogin

Anmeldung: 079 229 07 13 oder info@zufriedensein.ch

