



WWW.WILDMOONYOGA.CH

# ELTERN-KIND-YOGA WORKSHOP

für  
5 bis 10  
Jährige



Wann: 18. Sept. & 23. Okt. 2021

Uhrzeit: 9.00h - 11.30h

Wo: Seestrasse 23, 3700 Spiez

Kosten für beide Termine: sFr. 90.- pro  
Paar

Inbegriffen: etwas zum Knabbern für die  
kleine Pause & tolle Übungen für zuhause

Wer: 1 Kind & 1 Begleitperson (Mama,  
Papa, Oma, Opa, Gotti, Götti...)

Mehr Infos & Anmeldung unter:

[www.wildmoonyoga.ch](http://www.wildmoonyoga.ch)

Beim Eltern-Kind Yoga habt ihr die  
Möglichkeit, gemeinsam spielerisch Yoga  
zu üben und einfach mal zu entspannen.

Wir unternehmen eine spannende Reise in  
die Welt der Yogaübungen, geniessen  
und entspannen bei Phantasie Reisen, lernen  
Partner- und Achtsamkeitsübungen  
kennen und entspannen bei Massage-  
Einheiten - ein Erlebnis, welches eure  
Eltern-Kind Beziehung stärken wird.  
Ihr erfahrt auch, wie ihr Yoga ganz einfach  
in euer Familienleben integrieren könnt.