

Autogenes Training Entspannung für Kinder

Durch gezielte Übungen, die Elemente aus dem autogenen Training, Yoga und Meditation beinhalten, erzeugen wir ein Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung, Aktivität und Ruhe sowie Stress und Erholung. Für unsere Kinder wird es immer wichtiger mit ihrer Energie gut zu haushalten. Die Fähigkeit sich zu entspannen kann dazu ein wichtiger Beitrag sein, vor allem für Kinder mit Wahrnehmungsstörungen, mangelndem Selbstvertrauen und hyperaktivem Erscheinungsbild.

Kurs in Gottmadingen 6 Vormittage, jeweils samstags

Nummer:	1. Termin:	Uhrzeit:	Kosten:
KG 11	08.10.2011	10.00-11.00 Uhr	40,00 €
KG 01	14.01.2012	10.00-11.00 Uhr	40,00 €
KG 02	10.03.2012	10.00-11.00 Uhr	40,00 €

Diese Kurse sind zuschussfähig durch die Krankenkassen

Ort: Tagesstätte der AWO Seniorenwohnanlage Hauptstr. 60,
(Eingang Rielasinger Str.) 78244 Gottmadingen

Leitung: Stefanie Anheier

Mitzubringen: bequeme Kleidung, dicke Socken

Gruppengröße: 6 - 8 Teilnehmer

Alter: 6 - 11 Jahre