

Mandala yoga for børn i alderen 7-11 år

v/ Børneyogalærer og pædagog Jane Sommer samt
pædagog og kunstner Mette Westergaard

I Mandala yoga, for de større børn, laver vi sjove bevægelser i flow der danner symmetriske mønstre.

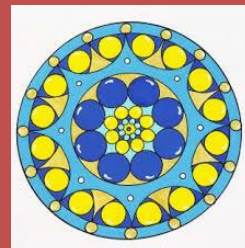
Med yoga, fortælling og billedkunst for de 7 til 11-årige foregår øvelserne i flow. Børnene udfordres i dynamiske og statiske øvelser og der afsluttes med en afspænding.

Yogalektionen foregår sådan at børnene er medskabere af historien og det billede barnet til sidst maler er detaljeret og indeholder ord der beskriver følelsen barnet får i yogaen. Børnene får deres billede med hjem.

Lørdag 1. oktober
kl. 12.30 – 14.00



Vi glæder os til en
fantastisk yogarejse
med dit barn 😊



Praktisk information:

Min. 6 børn / maks. 12 børn

Pris kr. 150-

Materialer er inkl. i prisen.

Er du medlem af Scala får du
50 point på dit medlemskort.

Medbring:

Noget at drikke og løst-
siddende tøj

Tilmelding senest 28/9:

Køb i vores webshop eller ved
henvendelse til Scala reception.

*Betaling ved tilmelding

■ SCALA