

## Yoga und Entspannung für Kinder (7-10 Jahre)

In diesem Kurs entdecken wir auf spielerische Weise die Welt des Yoga. Mit fantasievollen Bewegungen, kindgerechten Atemübungen und kleinen Entspannungsreisen stärken wir Körper, Konzentration und Selbstvertrauen.

Die Kinder lernen, zur Ruhe zu kommen, ihre Gefühle besser wahrzunehmen und neue Energie für Schule und Alltag zu tanken. Bewegung, Spaß und Entspannung stehen dabei im Mittelpunkt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – alle Kinder sind herzlich willkommen!

**Donnerstag, 2. April 2026, 10.00 Uhr**

Ort: Psychologische Praxis in der alten Manufaktur, Kirchweg 202, 28199 Bremen

Kosten: 24 Euro

Bitte bequeme Kleidung und wenn möglich Stoppersocken anziehen. Kein Material benötigt.

**Die Plätze sind begrenzt, Anmeldung bitte per Mail bis 16.03.2026**

### **Veranstaltungsort:**

Psychologische Praxis in der alten Manufaktur

### **Adresse:**

Kirchweg 202

28199 Bremen

### **Ansprechperson:**

Jana Langen

### **Telefon:**

0152 369 667 27

### **E-Mail-Adresse:**

[praxis-mattschenz@posteo.de](mailto:praxis-mattschenz@posteo.de)

### **Internetadresse:**

[praxis-mattschenz.jimdosite.com](http://praxis-mattschenz.jimdosite.com)

### **Nächste Termine:**

- 02.04.2026, 10:00

### **Anmeldungsinfo:**

Anmeldung bis 16.03.2026 erforderlich

### **Kosten:**

24 €