

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

AT für Kinder

Nummer:	1. Termin:	Uhrzeit:	Kosten:
KG 04	17.04.2010	09.30-10.30 Uhr	40,00 €
KG 05	19.06.2010	09.30-10.30 Uhr	40,00 €
KG 06	18.09.2010	09.30-10.30 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