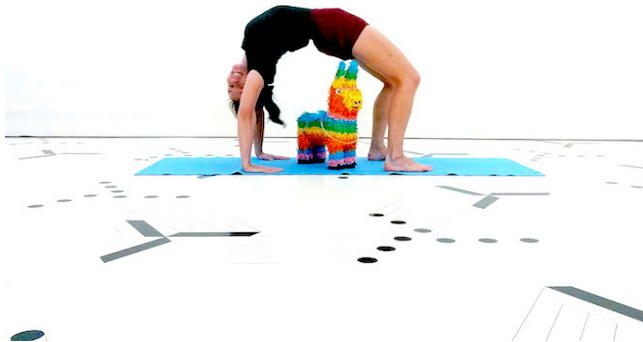




KINDER YOGA KURSE 2019



Liebe Kids, Liebe Eltern,

»Iyengar Yoga für Kinder« ist ein dynamischer Unterricht für Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren.

Auf kraftvolle, präzise und zugleich spielerische Art und Weise erlernen die jungen Yogaübenden die Asanas (Körperhalten) und deren stimmige Abfolgen.

Dadurch werden Beweglichkeit und Stabilität, sowie Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit gefördert.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Unterricht findet ab Januar 2019 wöchentlich am Mittwoch von 16.30 bis 17.30 Uhr statt.

Während der Schulferien finden keine Kinder-yogaklassen statt.

Die Kurse werden in der Regel als Kursmodule (à 6 Kurse) per E-Mail gebucht.

Der Einstieg ist nach Absprache und je nach Platzkapazität jederzeit möglich.

Kursleitung: Claudia Lamas Cornejo

Ausgebildet am Iyengar Yoga Institut Berlin

Neben ihrer Tätigkeit als Iyengar Yoga Praktizierende und -lehrende unterstützt Claudia Lamas wissenschaftliche und kulturelle Projekte in ihrer externen und internen Kommunikation.

TERMINE KINDER YOGAKURSE

Kursmodul 1 (Januar & Februar)

Mittwoch 16.30 bis 17.30 Uhr

16.01., 23.01., 30.01.2019

Winterferien

13.02., 20.02., 27.02.2019

Kursmodul 2 (März & April)

Mittwoch 16.30 bis 17.30 Uhr

06.03., 13.03., 20.03., 27.03.2019,

03.04., 10.04.2019

Osterferien

Kursmodul 3 (Mai & Juni)

Mittwoch 16.30 bis 17.30 Uhr

08.05., 15.05., 22.05., 29.05.2019,

05.06., 12.06.2019

Sommerferien

Kursort:

Großer Kursraum im EG

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin

U8 + M1 + M9 Rosenthaler Platz

KOSTEN / ANMELDUNG

Die Kosten für ein Kursmodul (à 6 Termine) betragen insgesamt **48,- €**.

Eine formlose Anmeldung per E-Mail direkt an:
yoga@claudiyyengar.com

In der Anmeldung bitte das Kursmodul nennen:
„Kinderyoga Kursmodul 1, 2 oder 3“

Die Anmeldung gilt erst nach Eingang der Kursgebühr in Höhe von **48,- €**.

Eine Anmeldebestätigung mit weiteren Informationen zum Kinderyogakurs wird zugesendet.

Kontoverbindung:

Claudia Lamas Cornejo

IBAN: DE 75 100 1100 126 250 56 987

BIC NTSBDEB1XXX

Werden die Klassen einzeln bezahlt betragen die Kosten pro Klasse **10,- €**.

Die Teilnahme an einzelnen Klassen ist nur nach persönlicher Absprache bzw. E-Mail mit Claudia Lamas möglich: yoga@claudiyyengar.com

BEGLEITLITERATUR ZU IYENGAR YOGA FÜR KINDER

Yogashastra – Iyengar Yoga für Kinder

vom *Ramamani Iyengar Yoga Memorial Institute*

Ein umfangreiches Lehrbuch über Iyengar Yoga für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Yogalehrer/innen.

Der Band 1 ist auf deutsch, die drei folgenden Bände (3 bis 5) sind nur auf englisch erhältlich.

Yoga for Children

von *Swati und Rajiv Chanchani*.

Ein illustriertes Lehrbuch (in englisch) für Yoga, das sich sowohl an Kinder, als auch deren Eltern und Lehrer/innen richtet.

Alle Bücher zu Iyengar Yoga für Kinder sind bei uns im Yoga Mitte Laden des Iyengar Yoga Instituts Berlin zum Ansehen und Erwerben erhältlich.



IYENGAR YOGA INSTITUT & YOGA MITTE LADEN

Das Iyengar Yoga Institut Berlin befindet sich in einem ruhigen Hinterhaus direkt am Rosenthaler Platz im Bezirk Mitte.

In den ersten beiden Etagen wird Yoga unterrichtet. In den darüber liegenden Etagen gibt es Umkleieräume und eine yogatherapeutische Arztpraxis.

Zum Institut gehört der **Yoga Mitte Laden** im Vorderhaus: neben Yogahilfsmitteln gibt es hier ein umfangreiches Angebot an Yogaliteratur.

Wer möchte, kann sich hier auch persönlich oder telefonisch über Iyengar Yoga für Kinder informieren:

Dienstag bis Donnerstag von 15 bis 19 Uhr

Samstag von 11 bis 15 Uhr

IYENGAR YOGA INSTITUT BERLIN

Torstr. 126, 10119 Berlin (U Rosenthaler Platz)

Tel 030. 285 99 7-89 Fax -90

www.iyengar-yoga-berlin.de