

# Kinderyoga!

**Beweeg, ontspan, leer, wees creatief en heb plezier!**



**Hoi! Ik ben Kim en ik ben 33 jaar!**

Ik ben orthopedagoog en ik werk al heel lang met kinderen en jongeren. In mijn vrije tijd doe ik aan yoga en omdat ik van yoga én kinderen heel blij word, wilde ik dit graag combineren. Daarom heb ik vorig jaar de opleiding tot kinderyoga docent gedaan. Ik zou het heel erg leuk vinden om jullie kinderyoga te geven!

## **Wat is kinderyoga?**

Ga in gedachten op wereldreis, naar de dierentuin of wees je superheld; tijdens kinderyoga kan het allemaal! Het is vooral belangrijk dat je veel plezier hebt. Je leert je eigen lijf, gevoel en gedachten beter kennen, je leert je te ontspannen, samen te werken en je fantasie te gebruiken en dat allemaal met respect voor jezelf en anderen!

**Wat:** kinderyoga voor kinderen van 4-12 jaar (o.b.v. de aanmeldingen zal ik kijken hoe ik een groepje(s) kan samenstellen). Bij interesse tussen de 12-17 jaar, laat het me weten en ik kijk wat ik kan doen!

**Waar:** Yoga Lotus, Vliegdenweg 6B, Bussum.

**Wanneer:** vrijdagmiddag (per wanneer en de precieze tijd volgt later).

**Kosten:** GRATIS, een vrijwillige symbolische bijdrage (klein geldbedrag, leuke tekening, etc.) wordt gewaardeerd 😊

**Aanmelden:** stuur een mailtje met daarin naam en leeftijd kind(eren), telefoonnummer en mailadres naar: [kinderyogajufkim@hotmail.com](mailto:kinderyogajufkim@hotmail.com).