

# ANMELDUNG

## YOGA FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

### YOGAGROOVES

MIT YOGALEHRERIN  
INGA DE MARTIN

# YOGA Life



Yogakurs für  
Jungen und Mädchen im Alter von 11 bis 16 Jahre  
**Yogagrooves**  
Mittwochs  
16x vom 31.08. bis 11.01.2022/23  
Von 15:45 bis 16:45 Uhr  
Kursinvestition 160€, Geschwister 100€

**ORT:** Yoga Life  
Zollstrasse 4  
21465 Wentorf

Zahlbar bis spätestens zur ersten Kursstunde bar oder per Überweisung:  
Inga de Martin  
HASPA  
DE72200505501034236792  
HASPDEHHXXX  
Bei einem Corona Lockdown, werden die verbleibenden Stunden nach dem Lockdown direkt nachgeholt. Termine die durch die Kursleitung ausfallen, werden ebenso direkt im Anschluss an den Kurs nachgeholt!

**HINWEIS:**

Die Teilnahme wird bei allen Kursen beginnt. Die Plätze werden  
den Kindern nach vergeben. Die erste Stunde ist für Eltern und  
eine Betreuungsperson. Nach Anmeldung werden alle  
Teilnehmer eine Rückmeldung. Postfach E-Mail.  
In der Einrichtung Schulferien sowie Schließung. Platzmangel  
Hierbei kein Prioritätsrecht. Nicht im Angebot. Derzeitige  
Stunden des Yoga-Lehrers/innen nicht verfügbar. Sollten  
das im Zusammenhang mit Inga de Martin nicht stattfinden können,  
werden nachgeholt.

Vorname.....Nachname.....

Straße.....Hausnummer .....

PLZ.....Wohnort.....

E-Mail.....mobil.....

Wie hast du von dem Kurs erfahren?.....

Die Kursleiterin wird über eventuelle gesundheitliche Beeinträchtigungen rechtzeitig in Kenntnis gesetzt.  
Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Inga de Martin wird von jeglicher Haftung freigestellt.

Datum und Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Inga de Martin, Sander Straße 5, 21029 Hamburg, inga@kinder-yoga.com



**YOGA**  
*Life*

*Neuer Kurs ab August!*

# YOGA FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

SPÜREN, ERFAHREN, ERLEBEN  
MIT YOGALEHRERIN  
INGA DE MARTIN  
SEIT 9 JAHREN ERFOLGREICH IN HAMBURG-BERGEDORF

## YOGA WAS GEHT HIER VOR?

Ungeahnte Kräfte entdecken, Energie tanken, Lebendig sein, Spaß haben,  
Neues wagen, Schule vergessen, Selbstvertrauen entwickeln, Freunde  
finden, Ruhe finden, über das Leben philosophieren...  
Die Kurse sind geplant und du kannst dich gleich anmelden.  
In den nächsten Yogamonaten erlebst du, wie du dich durch  
regelmäßiges Üben von Yoga Stärken kannst.  
Sei dabei, es wird dich bereichern!

## DU LERNST:

- spielerisch dynamisch fließende Übungsreihen, die du dann jederzeit selbst üben kannst,
- Acro-Yoga Moves – zum Abheben und Fliegen schön,  
Partneryogasequenzen
- Du erlebst wie dein Körper kräftiger und beweglicher wird und du mehr Energie gewinnst so dass du dich einfach gut fühlen kannst,
- Altersgerechte Entspannungstechniken, die dir helfen, innere Ruhe, aber auch Kraft und ein Empfinden für deinen inneren stabilen Kern zu entwickeln,
- Viele tolle Übungen, Massagen (Thai Yoga Massage) und Spiele ergänzen das Yoga-Programm.

*Weiterempfehlen lohnt sich!  
Wenn du eine/n FreundIn mitbringst und der/die sich anmeldet, erhältst du einen Bonus von 10% auf deinen Kursbeitrag. Zwei Freunde 20% usw..*

*Sei dabei, ich freu mich auf DICH!*



**Inga de Martin**

Mobil 0178-7348547  
inga@kinder-yoga.com

Sanderstrasse 5  
21029 Hamburg