

# ANMELDUNG

## YOGA FÜR KINDER

### „FLOWERPOWER“

MIT YOGALEHRERIN  
INGA DE MARTIN



Yogakurs für Jungen und Mädchen der 1. bis 6. Klasse im Rahmen der Ganztagschule der Waldorfschule Bergedorf.

**Am 12.09. dürfen neue Kinder kostenlos schnuppern**

Dienstags

11x vom 12.09.2023 bis 23.01.2024

Von 15:00 bis 15:50 Uhr

Kursinvestition: 110€,

Geschwisterkinder: 80€

Kursbeiträge zahlbar bis spätestens zur ersten Kursstunde bar oder per Überweisung.

**ORT:** Yoga im  
Eyrhythmie Pavillon



Am Brink 7  
21029 Hamburg

#### HINWEIS:

Die Teilnehmerzahl ist in allen Kursen begrenzt. Die Plätze werden der Reihe nach vergeben. Die erste Stunde ist für Neueinsteiger eine Schnupperstunde. Nach Anmeldung erhalten alle neuen Teilnehmer eine Nachricht per Post oder E-Mail. In den Hamburger Schulferien, sowie Schleswig-Holsteinferien findet kein Unterricht statt. Nicht in Anspruch genommene Stunden des Yogaschülers, können nicht erstattet werden. Stunden, die im Ausnahmefall von Inga de Martin nicht statt finden können, werden nachgeholt.

Vorname des Kindes.....Nachname.....

Klassenstufe.....

Straße und Hausnummer.....

Postleitzahl.....Wohnort.....

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

Wie habt ihr von dem Kurs erfahren? .....

Datum und Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Inga de Martin, Sander Straße 5, 21029 Hamburg, [inga@kinder-Yoga.com](mailto:inga@kinder-Yoga.com)  
INGA DE MARTIN, IBAN: DE72200505501034236792, HASPDEHHXXX



**Neuer Kurs ab September!**

# YOGA FÜR KINDER

**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.

**Sei dabei, ich freu mich auf DICH!**

[www.kinder-Yoga.com](http://www.kinder-Yoga.com)



**Inga de Martin**

Mobil 0178-7348547  
inga@kinder-yoga.com

Sanderstrasse 5  
21029 Hamburg