



Yoga für Kinder im Yogazentrum Amberg

yoga für kinder

Yoga bringt viele Vorteile für die körperliche und geistige Entwicklung des Kindes. Schulkindern die viel sitzen und unter Lernstress leiden, kann Kinderyoga einen Ausgleich bieten. Auch für jüngere Kinder ist Yoga sinnvoll, denn die Asanas steigern Koordination und räumliche Orientierung, sowie die

Konzentration. Entspannungsübungen und Fantasiereisen regen Kreativität und freie geistige Entfaltung an. All dies geschieht auf eine Art und Weise die den Kindern viel Spass bereitet.

Kurszeiten & Infos finden Sie auf unserer Website oder rufen Sie uns an.

die lehrerin



Doris Bachfischer absolvierte Ihre Kinderyogaausbildung bei Thomas Bannenbergl und verfügt über eine langjährige Unterrichtserfahrung. Zusätzliche Ausbildung für Entspannungspädagogik. Seit 20 Jahren Übungsleiterin für Kinderturnen mit Zusatzausbildung für Sport im Elementarbereich.