

FamilienYoga

Yoga Wochenende für die ganze Familie

Yoga verbessert unsere Körper- und Sinneswahrnehmungen, baut Sorgen und Ängste ab und stärkt Selbstwertgefühl und Konzentration. Unser Familien Wochenende ist eine wunderbare Gelegenheit für Sie gemeinsam mit Ihren Kindern den Einstieg in die Welt des Yoga zu finden: spielerisch werden erste Übungen erlernt - dabei begegnen wir Übungen wie Katze, Hund, Kuh & Co und haben gemeinsam viel Spaß! Wir erkunden unseren Atem und seine positiven Einflüsse auf Körper und Geist, wir begeben uns auf eine Traumreise und genießen die gemeinsame Zeit. Raus aus dem Trubel des Alltags: entspannen und loslassen.

Der hauseigene Badestrand lädt zum Sonnen und Schwimmen ein.

Yoga verbessert unsere Körper- und Sinneswahrnehmungen, baut Sorgen und Ängste ab und stärkt Selbstwertgefühl und Konzentration. Unser Familien Wochenende ist eine wunderbare Gelegenheit für Sie gemeinsam mit Ihren Kindern den Einstieg in die Welt des Yoga zu finden: spielerisch werden erste Übungen erlernt - dabei begegnen wir Übungen wie Katze, Hund, Kuh & Co und haben gemeinsam viel Spaß! Wir erkunden unseren Atem und seine positiven Einflüsse auf Körper und Geist, wir begeben uns auf eine Traumreise und genießen die gemeinsame Zeit. Raus aus dem Trubel des Alltags: entspannen und loslassen.

Der hauseigene Badestrand lädt zum Sonnen und Schwimmen ein.

ALLGEMEINE HINWEISE

Das Programm ist für Kinder von 6 bis ca. 11 Jahren geeignet.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/4126

Leistungen

- ✓ 2 Übernachtungen mit vegetarischer Vollpension, Bettwäsche, Mineralwasser
- ✓ tägliches Yoga Programm (Eltern und Kinder gemeinsam)
- ✓ Yoga Equipment (Matten und Blöcke)

Termine & Preise

Teilnehmerzahl

Mindestens 10 Teilnehmer

Höchstens 15 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

Information & Buchung:

Jugendherberge Köriser See mit Zeltplatz,
Am Kleinköriser See 5
15746 Groß Köris

+49 33766 62730
@ jh-koeriser-see@jugendherberge.de

Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.
Schulstr. 9
14482 Potsdam

+49 331 5813-0
@ service@jugendherberge.de