

# YOGA FOR BARN GJENNOM LEK



Vi inviterer igjen til yoga for barn!! Gjennom yogalek vil barnet blir kjent med pusten sin og kroppen sin. Yoga gir selvtillit og ro, i tillegg til de gode effektene av balanse, fokus og trening. Vi praktiserer yoga på barnets premisser.

**Tid:** Torsdag 2.november kl 17.30  
**Sted:** Kjøpmannsgata 23, 4.etg, Trondheim  
**Alder:** Passer fra 3 år og opp til ca 12 år  
**Påmeldingsfrist:** Tirsdag 31. oktober

De voksne vil få servert kaffe/te og frukt mens barna gjør yoga ☺

Ta gjerne med en venn!  
Alle våre arrangementer er gratis!

Vennlig hilsen Anne Gro, Anne Kjersti, Stian og Nina ☺

