

# KINDERYOGA KOMMT ZU KURZ

Kinderyoga mit Yvonne Kurz hilft Kindern und Jugendlichen, Stress abzubauen und mit Aggression umzugehen, es hilft bei Schulangst, Depressionen, Essstörungen, ADS/ADHS, Traumata und fördert das soziale Miteinander. Es verbessert die motorische Leistungsfähigkeit der Kinder und vieles vieles mehr... .



KOPFSTAND  
Entspannungspädagogik Y.Kurz

Jägerstraße 5 89081 Ulm,  
Tel: 0170 5 1234 22  
[www.kurz-kopfstand.de](http://www.kurz-kopfstand.de)

# KINDERYOGA

## KOMMT ZU YVONNE KURZ!

### Kinderyoga fördert die Grundkräfte Ihres Kindes

Jedes Kind bringt von Geburt an seine eigenen Stärken und Fähigkeiten mit. Diese Stärken nennt man auch Grundkräfte. Diese Einmaligkeit wird durch gezielte Yogaübungen altersgerecht gefördert und unterstützt somit die ganzheitliche Entwicklung. Diese Entwicklung ist somit nicht nur eine Bereicherung für die Erziehung und Beziehung zum Kind, sondern schafft auch ein stabiles Fundament für die eigene Persönlichkeitsentwicklung. Das eigene ICH kann ganzheitlich wachsen.

Der Alltag der Kinder ist heute stark durch Druck, (Schul-)Stress, nervliche Belastung, Mobbing, Konzentrationsschwierigkeiten, Haltungproblemen, Essstörungen, Übergewicht etc. geprägt. Kinderyoga bietet erwiesenermaßen die besten Voraussetzungen, Kindern auf spielerische Weise den Alltag zu erleichtern und ihnen nachhaltig ein stabiles körperliches und psychisches Gleichgewicht zu schenken.

### Kinderyoga fördert das Selbstwertgefühl

Förderung der vielseitigen Beweglichkeit, Spannkraft in der Haltung, Konzentration, Ausdauer, Entspannung, Kreativität uvm. Durch das Prinzip von Anspannung-Entspannung erschließt sich den Kindern ein universelles Mittel zum „Abschalten“ bzw. Umschalten“. Sie können so lernen, ihre Gefühle und Befindlichkeiten wahrzunehmen und diese entsprechend selbst zu steuern. Ihr Kind lernt sich so besser selbst kennen und seine Persönlichkeit entwickelt sich zu einem stabilen Fundament. Somit kann das eigene ICH ganzheitlich wachsen.

Bitte rufen Sie mich einfach für Infos an: Tel: 0170 5 1234 22