

Yoga und Kindertanz

Zschachwitz

Jonsdorfer

Straße 5

**TAG DER
OFFENEN TÜR**
Sonntag, 2.11.
11 – 17 Uhr



Atelier Kirschblüte

Programm (ohne Anmeldung, keine Vorkenntnisse, kostenfrei)

11.00 Uhr	Guten Morgen Sonntag! (Kinder und Erwachsene) <i>Gemeinsame, mobilisierende Trainingseinheit zum Wachwerden mit Elementen aus Yoga und Tanz</i>
12.00 Uhr & 14.00 Uhr & 15.00 Uhr	Namasté Yoga (Erwachsene) <i>Auszüge aus dem Hatha-, Power-, Soft- und Rücken-Yoga Sandra und Claudia führen durch verschiedene Stile</i>
14.30 Uhr	AusPOWERn & AbDANCEn (Jugendliche und Erwachsene) <i>30 Min volle Kraft voraus mit Tanztrainerin Laura</i>
15.30 Uhr & 16.30 Uhr	Kindertanz zum Ausprobieren (Kinder jeden Alters) <i>Freude an der Bewegung</i>

www.atelier-kirschbluete.de