

YOGAKRING

Ruimte om te groeien
Rust om jezelf te zijn



KINDERYOGA VOOR:

BASISSCHOLEN
BSO
KINDEROPVANG



Sushi de yogakat

BEWEGEN

VOELEN

ONTSPANNEN

Waarom kinderyoga?

Kinderen krijgen dagelijks veel prikkels te verwerken. Op school, tijdens het spelen en in hun sociale contacten.
Kinderyoga biedt een moment om even uit de drukte te stappen. Door te bewegen, te voelen en bewust adem te halen, ontdekken kinderen hoe fijn het is om tot rust te komen.
Zonder prestatiedruk, met ruimte voor plezier en persoonlijke aandacht.

Wat levert het op?

- Lichaamsbewustzijn en zelfvertrouwen
- Rust, aandacht en concentratie
- Samenwerking en verbinding in de groep
- Plezier in bewegen en ontspannen

De yogales biedt leerkrachten en pedagogisch medewerkers een waardevol moment waarin kinderen op een andere manier bewegen, ontspannen en samen leren.

Wat biedt Yogakring?

Yogalessen en workshops op maat, met thema's die aansluiten bij de belevingswereld van kinderen.

- Themalessen zoals over weerbaarheid, zelfvertrouwen, seizoenen en sprookjes.
- Samenspel, aandacht en meditatie
- Yogahoudingen spelenderwijs en ademspelletjes

Praktisch & tarieven

€ 60,- per standaardles

• 1 les van 50 minuten of 2 lessen van 25 minuten bij splitsing
• Dagdeel: 3 lessen van 50 minuten óf 6 lessen van 25 minuten: € 150,-
• Max. circa 15 kinderen per les

Incl. lesmateriaal (waaronder de matjes)

Excl. 21% BTW en reiskosten buiten Roosendaal: € 0,25 per gereden kilometer (heen en terug)

Gratis proefles van 25 minuten!



Even voorstellen...

Mijn naam is Sylvia van Can en yoga is mijn passie! Met mijn internationaal erkende Yoga Alliance-certificering voor yoga en kinderyoga combineer ik kennis, enthousiasme en liefde voor het werken met kinderen.
Ik verzorg kinderyogalessen op basisscholen, BSO's en kinderdagverblijven.
Graag maak ik een afspraak voor een nadere kennismaking!

Sylvia | Yogakring
info@yogakring.nl
www.yogakring.nl
Telefoon: 06-51044217