



Meditation für Kinder

Mit spielerischen Körper- und Atemübungen, Gestalten von Mandalas aus verschiedenen Materialien und geführten Traumreisen wird der Zugang der Kinder zu ihrer inneren Welt gefördert. Die Kinder lernen sich selbst, ihren Körper, ihre Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen und zu kommunizieren. Sie werden in ihrer Persönlichkeit gestärkt und gewinnen Vertrauen in sich selbst.

Dieser Kurs richtet sich an **Kinder von ca. 7 – 9 Jahren**. Dank einer kleinen Gruppe von max. fünf Kindern ist gewährleistet, dass die persönlichen Interessen Ihres Kindes im Mittelpunkt stehen.

Daten Donnerstag 05. – 26. Januar und 09. – 16. Februar 2023

Kosten 120.- Fr. (6 x 20.- Fr.)

Zeit 16.00 - 17.00 Uhr

Kursort Bobst Beratung | Singe Paar Familie
Bubenrainstrasse 44
4702 Oensingen

Anmeldung und Fragen an: Christine Bobst
dipl. Paar- und Familienberaterin / Yogalehrerin für Kinder

Mail kontakt@bobstberatung.ch

Telefon 076 302 29 79

Ich freue mich, Sie und Ihr Kind kennen zu lernen!