

Kinder-Meditationskurs 04.& 11. Mai 2022

Mit Spiel, entSpannung und Spass zu mehr Selbstvertrauen,
Zufriedenheit und Ausgeglichenheit!



In lustigen Spielen, einfachen, kurzen Übungen, die Freude und Spass machen, und schönen Geschichten lernen die Kinder wichtige Fähigkeiten wie z.B.: sich zu entspannen, sich zu konzentrieren, dankbar zu sein und wie ihre Gedanken ihre Gefühle beeinflussen. Sie lernen mit einer einfachen und leichten Spielform mit ihrem Geist zu arbeiten, in sich zu gehen und in der Ruhe und Stille Kraft zu tanken.

Mit einfachen Meditationsübungen lassen sich Ängste und Selbstzweifel mindern und wirken sich positiv auf das Immunsystem aus. Meditation für Kinder ist absolut religionsfrei.

Kursleitung: Goran Musulin, international lizenzierter & zertifizierter Coach, Mentor und Trainer für Kinder & Erwachsene, Dozent an Fachschulen.

Kursdaten: Mittwochnachmittag 04.und 11. Mai 2022
Zeit: 13.30-15.00 / Kinder ab KG gross - 3. Klasse
15.30-17.00 / Kinder ab 4. Klasse - 6. Klasse

Kursort: Dachstock Kindergarten Chännelmatte / Düdingen

Kurskosten: S&E Mitglied Fr. 65.- / Nichtmitglied Fr. 75.-
(Ab 2 Kindern aus gleicher Familie Fr. 45.- / Fr. 55.-)

Anmeldefrist ist der 01.Mai 2022 unter: coni.luethy@bluewin.ch
Die Teilnehmerzahl ist beschränkt!

Wichtige Infos:

- Das Kursgeld wird beim ersten Mal direkt vor Ort eingezogen.
- Mitbringen – bequeme Kleidung, zum Sitzen und Bewegen drinnen, etwas zu Trinken.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Covid- 19/ Wir halten uns an die aktuellen Regeln des BAG!