

## Kinderyoga- und Töpfer-Retreat - am Lamahof- Sinnesreich

Spielerisch entspannen und kreativ werden



### KINDERYOGA

– Spielend entdecken!

In der KinderYoga-Stunde tauchen die kleinen Yogis spielerisch in die Welt des Yoga ein! Mit viel Schabernack beginnen wir mit einem aufregenden Anfangsritual. Danach folgt ein spannendes Yoga-spiel und eine fantasievolle Geschichte, in der wir gemeinsam verschiedene Asanas (Yogapositionen) kennenlernen. Atemtechniken helfen uns, zur Ruhe zu kommen, und die Schlusssentspannung rundet unsere Stunde ab.



**Tanja Fabian**  
Yoga

### TÖPFERN

In der Töpferstunde dürfen die Kinder kreativ werden und ihre Fantasie ausleben. Wir beginnen mit einer kurzen Einführung in die verschiedenen Töpfertechniken und den Umgang mit dem Material. Anschließend können die Kinder mit ihren Händen formen, kneten und gestalten. Ob es nun kleine Schalen, Figuren oder andere Kunstwerke sind, hier sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt! Am Ende der Stunde lassen wir die Werke trocknen und besprechen, wie sie später glasiert und gebrannt werden.



**Jasmin Blumauer**  
Keramik/Töpfern

**Datum:** 05.09.2025  
**Uhrzeit:** 9:00 - 13:00 (nur bei Schönwetter)  
Ersatztermin: 11.09.2025, 15:00 - 19:00 Uhr  
**Ort:** Am Rauschberg 13,  
4101 Feldkirchen an der Donau  
**Kosten:** € 48,-

#### Im Preis enthalten:

- 1 Yoga-Stunde
- 1 Töpferstück
- Jedes weitere Töpferstück: €5,-

#### Was sollte dein Kind mitbringen:

- 1 Yogamatte
- 1 Jause

#### Anmeldung:

office@energetik-tanja.at oder  
lamahof.sinnesreich@gmail.com

**WIR FREUEN UNS AUF EIN KREATIVES  
UND VERBINDENDEN ERLEBNIS!**