

Entspannen und Dehnen zwischen Büchern

**Entdecke die Welt des Yoga
für Kinder von 6 - 12 Jahren**

Mit Thorsten Brunow lernst du spielerisch die wichtigsten Asanas,
übst Achtsamkeit und entdeckst die Kraft deiner Atmung.
Konzentration und Wohlbefinden werden in einer entspannten
und fröhlichen Atmosphäre gefördert.

Wir freuen uns auf dich, Namaste!

Bitte kommt in bequemer (Sport-) Kleidung!



**Wann:
22.10.2025,
16:30 - 19:30 Uhr
Eintritt:
3€**

**Stadtteilbibliothek Buer
Hochstr. 40 – 44, Tel.: 0209/ 169-4378
bibliothek.buer@gelsenkirchen.de**