

Bewegt und entspannt ins Fantasieland

Der Kurs richtet sich an Kinder zwischen 4 bis 6 Jahren. Ziel des Kurses ist es, dass grundlegende Bedürfnis von Kindern nach Bewegung und Ruhe aufzunehmen. Eine Mischung aus gezielten Bewegungsspielen, die zur Ruhe bringen, und einfachen Entspannungsübungen (Fantasiereisen, Atemübungen, Elementen aus dem Autogenen Training und Sinnesübungen) sollen dieses gewährleisten.



Termine: jeden Donnerstag von 15.30 -16.30 Uhr

Ort: Familienzentrum des Diakonischen Werkes am Schlaatz (Potsdam)