

# Bewegung und Entspannung für Kinder im Grundschulalter



Unsere Kinder sind sehr vielen Reizen ausgesetzt, mit denen sie noch nicht umgehen können.  
So reagieren sie u.a. aggressiv, teilnahmslos, unkonzentriert,  
haben Ess- und Schlafstörungen  
oder andere psychosomatische Symptome.

Im Wechsel von Bewegung, Ruhe und bewusster Aufmerksamkeit  
erarbeiten wir uns gemeinsam das innere Gleichgewicht,  
welches Kinder für eine gesunde Entwicklung benötigen.

**Bessere Konzentrationsfähigkeit, Kreativität, Zugang zu den eigenen Gefühlen,  
Unterstützung des Selbstwertes, inneren Ausgleich schaffen  
für ein intaktes und gesundes Immunsystem**

Kurs: max. 6 Teilnehmer  
Start: 27. April (5 Nachmittage)  
Zeit: Dienstag 16:00-17:15 Uhr  
Gruppe: max. 6 Teilnehmer (8-11 Jahre)  
Ort: NES Horchheim / Siemensstr.1-3  
Kosten: 50 €

**Info und Anmeldung: Jutta Nickolaus / 0151-56165102**