

Yoga & mindfulness voor kinderen

WWW.YO-GAJEMEE.COM

Leuk dat je interesse hebt in een kinderyoga workshop!

Met heel veel plezier kom ik bij jou langs op locatie.
Of dit nu in de klas is, op de BSO, evenement, sportclub of op een verjaardagsfeestje.

Lees rustig verder en ik hoor graag of ik iets voor je mag betekenen.

Vriendelijke groet,

Roos
Oprichter Yo! Ga je mee?



WAAROM KINDERYOGA?

- Kinderen leren te ontspannen
- Kinderen leren om beter te gaan ademen
- Kinderen gaan meer voelen vanuit hun hart
- Kinderen krijgen een betere verbinding met hun lijf
- Kinderen kunnen zich beter concentreren



WAT IS EEN KINDERYOGA AVONTUUR?

Aan de hand van storytelling, muziek, dans, yogahoudingen, meditatie, massages, ademhalingsoefeningen en samenspel neem ik de kinderen mee op (yoga)avontuur.

We ontdekken bijvoorbeeld alle dieren van de jungle, of gaan in een ruimteschip naar mars. Lopen een dag mee op de boerderij of ontmoeten prinses Elsa in haar ijspaleis. Het allerbelangrijkste: we gaan vooral heel veel plezier maken!

WELKE AVONTUREN KAN IK KIEZEN?



OP DE BOERDERIJ

Leeftijd: 3 t/m 5 jaar
(max. 10 kinderen)

Duur: 45 minuten

Kosten: € 45,-

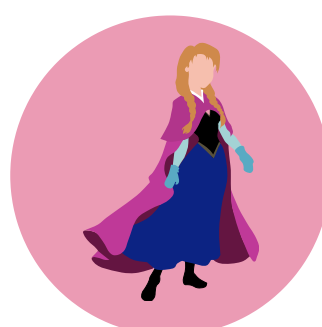


NAAR DE RUIMTE

Leeftijd: 5 t/m 8 jaar
(max. 10 kinderen)

Duur: 60 minuten

Kosten: € 50,-



PRINSESSENLAND

Leeftijd: 3 t/m 5 jaar
(max. 10 kinderen)

Duur: 45 minuten

Kosten: € 45,-



JUNGLE FEVER

Leeftijd: 5 t/m 8 jaar
(max. 10 kinderen)

Duur: 60 minuten

Kosten: € 50,-

*Mocht er interesse zijn in een lesreeks of meerdere workshops, dan kan dat uiteraard. Ik denk graag met je mee! Aan de hand van jouw wensen en voorkeuren voor thema's maken we er dan een mooie lesreeks van.

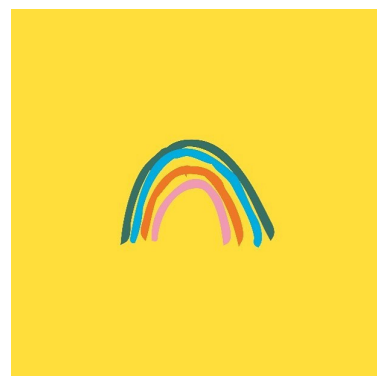
GOOD TO KNOW

1. Het is fijn voor de kinderen als ze gemakkelijk zittende kleding aanhebben zoals een joggingbroek of legging. Neem ook warme sokken mee.
2. De locatie moet zelf voor yoga -of speelmatten zorgen. Mocht dit niet lukken, dan graag van te voren aangeven.
3. Graag hoor ik ook van te voren of ik nog ergens rekening mee moet houden (locatie, gedrag kinderen, blessures)



FACTURATIE

Yo! Ga je mee? valt onder Kinderstudio Roos te Amsterdam.
Workshops zijn excl. btw + excl. eventuele reiskosten.



WACHT! IK HEB NOG MEER VRAGEN.

Geen probleem. Ik beantwoord ze graag!
Stuur me gerust een mailtje of een bericht via Instagram.

✉ info@yo-gajemee.com

📷 [Yo-gajemee](#)

*P.s. Nog een klein cadeautje!
Je krijgt nu 25% korting op de 2e workshop
die je binnen een jaar boekt.*

