

Namaste!



Klasse 5 - 7

Dienstag

7:15Uhr – 7:35Uhr

Klasse 8 - J2

Donnerstag

7:15Uhr – 7:35Uhr

Yogaraum (209)

YOGA = AG

Die Yoga-AG findet dienstags und donnerstags von 7:15Uhr bis 7:35Uhr in unserem Ruheraum statt. Wenn es noch ganz ruhig ist im Schulhaus und die Sonne langsam aufgeht, starten wir den Tag auf der Matte. So kommst du fokussiert und voller Energie in den Schultag!

Mit viel Kreativität und Spaß entdecken wir die wunderbare Welt des Yoga. Yoga bedeutet: Bewegung, Entspannung, bewusste Atmung, im Moment sein, den eigenen Körper spüren...und vieles mehr- Yoga ist vielschichtig, sei gespannt.

Ich freu mich auf euch!

Frau Bux

