

Andreas Henkel

► Zeig und lies mal Yoga

Das Projekt soll Kinder in ihrer Entfaltung unterstützen: Dem Nachwuchs werden einfache Methoden vermittelt, die sich nachweislich in hohem Maße auf die psychische und physische Gesundheit auswirken – und das in kurzer Dauer. Eine kompetente Erziehung, die Körper, Seele und Geist berücksichtigt, fördert und stärkt die kindliche Entwicklung und macht Kinder widerstandsfähiger gegen Belastungen, Abhängigkeiten und problematische Einflüsse. Das Gefühl von Gesundheit und innerer Ausgewogenheit will schon von der Krabbelstube an geübt sein.



Yoga für Kinder und Persönlichkeitsentwicklung nimmt auch international gesehen einen immer größer werdenden Stellenwert ein. Diese wunderbare Form, eine der ältesten Entspannungstechniken überhaupt, bietet gerade Kindern auf ideale Art und Weise die Möglichkeit, ihren Körper spielerisch und fantasievoll zu erfahren. Kinder haben Freude an Bewegung, an Kreativität und Lernen – all dies (und noch viel mehr!) wird durch Yoga angeregt und nachhaltig unterstützt. ◀

Andreas Henkel, T. 0170 9575360, energiebehandlung@hotmail.com