

YOGACIRKEL

Ruimte om te groeien
Rust om jezelf te zijn



KINDERYOGA VOOR:

BASISSCHOLEN
BSO
KINDEROPVANG



BEWEGEN

VOELEN

ONTSPANNEN

Waarom kinderyoga?

Kinderen krijgen dagelijks veel prikkels te verwerken. Op school, tijdens het spelen en in hun sociale contacten.
Kinderyoga biedt een moment om even uit de drukte te stappen. Door te bewegen, te voelen en bewust adem te halen, ontdekken kinderen hoe fijn het is om tot rust te komen.
Zonder prestatiedruk, met ruimte voor plezier en persoonlijke aandacht.

Wat levert het op?

- Lichaamsbewustzijn en zelfvertrouwen
- Rust, aandacht en concentratie
- Samenwerking en verbinding in de groep
- Plezier in bewegen en ontspannen

Bovendien zorgt het voor een waardevolle ondersteuning van leerkrachten en verzorgers. Zij hebben dan even hun handen vrij voor andere zaken die hun aandacht nodig hebben en daarna kunnen ze profiteren van de rust binnen de groep.

Wat biedt Yogacirkel?

Yogalessen en workshops op maat, met thema's die aansluiten bij de belevingswereld van kinderen.

- Themalessen zoals over weerbaarheid, zelfvertrouwen, seizoenen en sprookjes.
- Yoga-lesreeksen met een opbouw om kinderen kennis te laten maken met yoga
- Yogalessen op maat
- Samenspel, aandacht en meditatie
- Yogahoudingen spelenderwijs en ademspelletjes

Praktisch & tarieven

€ 95,- per lesblok

• 1 les van 50 minuten of 2 lessen van 25 minuten bij splitsing
• Dagdeel: 3 lessen van 50 minuten óf 6 lessen van 25 minuten: € 250,-
• Max. circa 15 kinderen per les

Incl. lesmateriaal (waaronder de matjes)

Excl. 21% BTW en reiskosten buiten Roosendaal: € 0,25 per gereden kilometer (heen en terug)



Even voorstellen...

Mijn naam is Sylvia van Can.
Ik beschik over een internationaal erkende Yoga Alliance-certificering voor yogalessen en kinderyoga. Met mijn opleiding, ervaring en enthousiasme verzorg ik kinderyogalessen op basisscholen, BSO's en kinderopvang met aandacht voor ieder kind.
Graag maak ik een afspraak voor een nadere kennismaking!

Sylvia | Yogacirkel
info@yogacirkel.nl
www.yogacirkel.nl
Telefoon: 06-51044217