

Für Kids und Teens

Immunsystem stärken

Geist entspannen

Körper trainieren

Stärke dich auf allen Ebenen. Mit Übungen aus dem tibetischen Heilyoga, der chinesischen Medizin, der Achtsamkeits-Meditation und der Kinesiologie.

In Gruppen mit 3 bis maximal 10 Kindern an der Schule Zürisee, Chilerai 5, Hombrechtikon

Für 5- bis 10-jährige: Mittwochs, 09.30 bis 10.30 Uhr
kostenlose Schnupperlektion: 22.09.2021
Kursstart: 20.10.2021, danach wöchentlich

Für 6- bis 11-jährige: Donnerstags, 17.30 bis 18.30 Uhr
kostenlose Schnupperlektion: 23.09.2021
Kursstart: 21.10.2021, danach wöchentlich

Für 11- bis 18-jährige: Donnerstags, 18.30 bis 19.30 Uhr
kostenlose Schnupperlektion: 23.09.2021
Kursstart: 21.10.2021, danach wöchentlich

Abo für 10 Trainingsstunden: CHF 150.-
Einzellektionen auf Anfrage: CHF 18.-

Kura Müller ist Bewegungspädagogin, Atemtherapeutin,
Achtsamkeitsyoga- und Lu-Jong-Lehrerin sowie
Kinderkrankenschwester.



Mitbringen

- Bewegungskleider, Wasserflasche

Eintreffen / Abholen

- Die Tür zum Erdgeschoss der Schule Zürisee ist jeweils eine Viertelstunde vor Beginn der Stunde geöffnet.
- Bei Kindern, welche begleitet werden: Bitte pünktlich abholen. Es gibt keine Möglichkeit, während der Stunde innerhalb des Schulgebäudes zu warten.
- Velo- und Autoparkplätze hat es direkt vor der Schule.

Vertragliches

- Die 10er-Abos sind zum Zeitpunkt der 1. Stunde fällig und können in bar oder mit TWINT bezahlt werden. Eine anteilmässige Rückerstattung ist nur mit einem Arzteugnis möglich, welches für länger als 20 Tage ausgestellt ist.
- Einzellektionen sind vor der Stunde in bar oder mit TWINT zu bezahlen.
- Falls die Stunden aufgrund behördlicher Weisungen oder aufgrund medizinischer Gründe seitens der Lehrerin generell nicht mehr durchgeführt werden können, wird das Restsaldo des Abos rückvergütet.

Weitere Infos und Anmeldung

www.schule-zuerisee.ch/Kurse-4-kids.html

