



Familienzentrum „Chrättli“

Kurs für Kinder von 8 – 14 Jahren



Meditations-Zirkel



In der heutigen Zeit ist es wichtig, dass die Kinder ein Bewusstsein für Körper, Geist und Seele erhalten. Leistungsdruck, Gefühlsschwankungen, Wut sind nicht selten Themen, welche Kinder und Teenager in diesem Alter beschäftigen. In den Meditations-Zirkeln werden meditative sowie sensitive Fähigkeiten geübt. Die Kinder lernen diverse Meditationstechniken sowie Meditationsformen. Atemtechniken, Achtsamkeitsübungen sowie ein Gesprächskreis werden Bestandteil der Meditations-Lektion sein. Aber natürlich werden wir auch Themen wie Energie, Aura, Glaubenssätze, spirituelle Traditionen, Chakren und Vieles mehr thematisieren.

Daten: 03.12.2021 – 30.06.2022
jeden 1. Freitag im Monat (ausser März)
03.12.2021 / 07.01.2022 / 04.02.2022
01.04.2022 / 06.05.2022 / 03.06.2022

Dauer: 18.00h – 19.30h

Kursort: Familienzentrum „Chrättli“
Weststrasse 19, 4242 Laufen

Kursleitung: Spirit-Kids
Michèle Meier
Breitenbach
www.spiritkids.ch



Kurskosten: Fr. 120.00

Anmeldung: Online - www.chraettli.ch

Anmeldeschluss: 26. November 2021

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden!

Familienzentrum „Chrättli“
Weststrasse 19, 4242 Laufen - Tel. 077 533 22 07