

# Yoga, Achtsamkeit und Meditation für Kinder

Hinter unserer Tür gibt es Gongs, Klangschalen und andere Dinge, die Geräusche machen. Wenn du dich traust, deine Augen zu schließen, kannst du schöne Klänge hören. Du kannst auch meditieren und hören, was in der Stille ist. Mit anderen Kindern machen wir Tiere aus dem Yoga nach. Weißt du wie der Löwe brüllt? Und kannst du auf einem Bein stehen? Dann trau dich. Am Schluss gibt es Tee und einen Keks. Du solltest zwischen 6 und 10 Jahre alt sein.

Währenddessen meditieren deine Eltern und hören einen Vortrag.

**Donnerstag, 3. Oktober 2024 | 11-13 Uhr**



Foto: WDR

Veranstaltungsort: Goßlerstraße 30 | 12161 Berlin | U9 Friedrich-Wilhelm-Platz  
Anmeldung: Liliane Ortwein kontakt@lilianeortwein.de  
[www.raum-spirituelle-wege.de](http://www.raum-spirituelle-wege.de) Verein Spirituelle Wege e.V., Würzburg