

Programm Sonntag:

Gastraum EG – nur am Nachmittag ein Vortrag, sonst Essens-und Ruheraum

16.30 – 17.15: Vortrag mit Susanne Eichinger - München

Yoga ist gut für das Gehirn!

Yoga steigert die Wahrnehmungs - und Konzentrationsfähigkeit, beruhigt den Geist, stärkt das Selbstbewusstsein, hilft zur Selbstregulierung.

Warum Yoga unbedingt in unsere Schulen gehört, so dass Kinder besser lernen und weniger unter Druck stehen.