Veranstaltung

Sommerferien: Leicht wie der Wind, stark wie ein Baum - Feriencamp für kleine Held:innen (Südstadt)

Gemeinsam entdecken, wachsen & entspannen: In diesem Feriencamp entdecken die kleinen Held:innen spielerisch ihre eigene Stärke und Leichtigkeit. Mit Yoga, Bewegung, Achtsamkeit und Gemeinschaft erleben in fünf gemeinsamen Stunden voller Freude, Verbindung und Selbstvertrauen - begleitet von den Kinder- und Jugendcoaches Magdalena & Nicole (@mindfulhappiness).

Was erwartet eure Kids?

- Bewegungsfreude durch spielerische Yoga-Übungen für die eigene Körperwahrnehmung
- Fantasiereisen & kleine Achtsamkeitsmomente, die für mehr innere Ruhe sorgen
- Übungen zur Stärkung von Selbstvertrauen, Resilienz & Selbstliebe
- Gemeinschaft erleben in der Gruppe, kleine Rituale & Austausch

Unser Ziel: Die kleinen Held:innen dürfen erleben, wie es sich anfühlt, leicht, stark und ganz sie selbst zu sein – in Verbindung mit sich und mit anderen.

INFOS

- Alter: Grundschule (ca. 6–11 Jahre)
- Termine (einzeln buchbar):
  - 17.7. mit Magdalena & Nicole (max. 18 Kinder)
  - 21.8. mit Magdalena (max. 12 Kinder)
- Zeit: jeweils 11:00 bis 16:00 Uhr
- Preis: 49 € incl. Material, Wasser/Tee & Snacks
- Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Wasserflasche, kleine Jause
- Keine Vorkenntnisse nötig – nur Offenheit & Neugier :)

Wann?

Termin(e)

Es gibt 2 Termine, die einzeln buchbar sind: 17.7. mit Magdalena & Nicole (max. 18 Kinder) 21.8. mit Magdalena (max. 12 Kinder)

Angebotstermin

Von 17.07.2025 (11:00 Uhr) bis 24.07.2025 (16:00 Uhr)

Wo?

studiosüd cgn

Maria-Hilf-Straße 15-17
50677 Köln

Trägerschaft

Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)