



**Realschule plus Bobenheim-Roxheim**  
**Kooperative Realschule**

**AG-Angebot:**

Yoga & Entspannung

**AG-Leitung:**

Frau Daumann

**Wochentag:**



Dienstag



Mittwoch

**Uhrzeit:**

14.20 – 15.50 Uhr

**Ort:**

Gymnastikhalle

**Treffpunkt:**

Durchgangsbereich zum Schulhof/ Neben den Toiletten

**Stufe:**

7/8

**Voraussetzungen:**

Keine

**Ausrüstung:**

Bequeme Kleidung, Trinkflasche, kleines Handtuch

**Kosten:**

Keine

**Beschreibung:**

Du suchst eine Auszeit vom (Schul-)alltag? Du möchtest Dir etwas Gutes tun, ganz ohne Leistungsdruck? Dann bist du hier richtig!

In der AG geht es nicht nur um (einfache) Yoga Übungen, auch werden Fantasiereisen oder z.B. das Malen mit Acrylfarben auf dem Programm stehen. Es erwartet dich eine bunte Mischung an Übungen, die Spaß machen und entspannen.

Die Übungen sind für Anfänger und einfach umzusetzen, so dass jede/r mitmachen kann.

Das Einzige, was von Dir erwartet wird, ist die Lust mitzumachen und ein respektvoller Umgang mit anderem Teilnehmer/innen. Easy, oder?

Ich freue mich auf dich! 😊

Deine Frau Daumann