

AWO Familienzentrum Fennpfuhl
 im "Haus der Begegnung"
 Otto-Marquardt-Str. 8 | 10369 Berlin
 Tel.: 030-30 60 82 21
 familienzentrum@awo-suedost.de

Oase der Ruhe



Familienzentrum
Fennpfuhl

Entspannung und Meditation für Eltern und Kids

Thema: Raus aus dem Familienalltag und rein in die Entspannung: Ein Meditationsangebot mit Yoga-Elementen, leichten körperlichen Übungen und kleiner abschließender Austauschrunde.

Für wen: Alle Eltern ohne / mit Kindern ab 4 Jahre

Wann: jeden Donnerstag
17:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Wo: Familienzentrum / Bewegungsraum im OG
Otto-Marquardt-Str. 8
10369 Berlin

Mit wem: Kursleiterin Katja, zertifizierte Meditationslehrerin und engagierte Freiwillige aus der Nachbarschaft

Bitte eigene Matte/Decke und bequeme Kleidung mitbringen

Dieses Angebot ist kostenfrei – bitte anmelden, dies ist auch sehr kurzfristig möglich:

Instagram: [@_haya_katja_](#) + bui.kateryna@gmail.com
 Oder auch: familienzentrum@awo-suedost.de

Gefördert von:



■ SOLIDARITÄT ■ TOLERANZ ■ FREIHEIT ■ GLEICHHEIT ■ GERECHTIGKEIT