Pressemitteilung

Stadt Menden (Sauerland)

15. September 2026

Ansprechpartner/in: Frau Gina Friedrichs
Dienststelle: Kulturbüro
Dorte-Hilleke-Bücherei
Telefon: 02373 903-1644

Yoga für Kinder in der Bibliothek

Charlotte Schlebrowski gibt einen Einblick in Yoga-Übungen

In der Bibliothek zur Ruhe finden – das geht nicht nur beim Lesen, sondern auch beim Yoga! Dass die Körperübungen keineswegs nur Erwachsenen, sondern auch Kindern guttun, beweist die Yogalehrerin Charlotte Schlebrowski am Samstag, 19. September, in der Dorte-Hilleke-Stadtbibliothek. Dann verwandelt sich die Kinderbibliothek in einen Raum voller Bewegung und Entspannung! Im Bezug auf die Blaulichttage, die zeitgleich in der Fußgängerzone stattfinden, gestaltet Charlotte Schlebrowski eine Yogastunde für Kinder im Alter von 6–10 Jahren zu den Elementen Wasser und Feuer. Los geht es um 11 Uhr. Die Yogaeinheit dauert ca. 45 Minuten.

Vorerfahrungen sind nicht nötig, dafür aber Kleidung, in denen sich die Kinder gut bewegen können. Die Plätze sind begrenzt, daher wird um Anmeldung gebeten per Mail an stadtbuecherei@menden.de oder telefonisch unter 02373 9031600. Die Yogastunde ist kostenlos und findet im Rahmen der Veranstaltungsreihe „m³ – Menschen machen Menden“ statt. In diesem Format gibt die Stadtbibliothek Menschen und ihrer Kreativität, ihrem Wissen und ihrer Fantasie Raum.

Das Team der Stadtbibliothek freut sich über Vorschläge und Anregungen!