PRESSEMITTEILUNG Nr. 170/2026
Datum: 13.10.2026

Eltern-Kind Yoga-Workshop im Familienzentrum Jüchen

Stadt Jüchen
Der Bürgermeister
Pressearbeit
Am Rathaus 5
41363 Jüchen
www.juechen.de

Ansprechpartner:
Matthias Michel
Tel.: 02165/915-1016
Fax: 02165/915-1199
E-Mail:
matthias.michel@juechen.de

Jüchen: - Das Familienzentrum Jüchen bietet am 07. November 2026 in der Zeit von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr einen Eltern-Kind Yoga-Workshop an.

Teilnehmen können Kinder ab einem Alter von vier Jahren mit einer Bezugsperson. Sie werden auf spielerische Weise in die Yogapraxis eingeführt. Der Workshop wird durch Musik, Fantasiereisen und Bewegungsspiele abgerundet. Dabei schulen die Kinder ihre Körperwahrnehmung, lernen, sich besser zu konzentrieren, können Stress abbauen und wertvolle gemeinsame Zeit mit ihrer Bezugsperson verbringen. Außerdem gibt es Tipps, wie Entspannungsübungen in den Familienalltag übernommen werden können.

Kinderyoga Trainerin Julia Nollen leitet den Kurs. Er findet im Indoor-Bereich des Familienzentrums Jüchen (Villa Kunterbunt), Gebäude II, Alleestr. 5a statt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen sind telefonisch unter 02165-915-4010 oder per E-Mail an kita.juechen@juechen.de möglich.

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag

gez.

Matthias Michel
Pressearbeit