

ROTS EN WATER TRAINING

sociale competentie en weerbaarheid
Jongens en meiden 7-12 jaar

Proeflessen 17 en 19 oktober 2016



- fysieke oefeningen en spel
- veel doen en oefenen, weinig praten
- concreet en direct toepasbaar
- aandacht voor lichaamstaal, zelfvertrouwen, weerbaarheid, concentratie, samenwerken en ontspanning
- 2 ervaren trainers per groep (max. 10 kinderen)
- 10 weken, met thuisopdrachten om meteen te oefenen
- met blote handen een houten plankje doorslaan

www.steviginjeschoenen.nu

Michelle van de Ven | 06 51358483 | michelle@steviginjeschoenen.nu
Yoga studio | Hinthamereinde 17 | 's-Hertogenbosch