



*Wünschst du dir manchmal einen Ort in der Schule, in dem du Ruhe findest und für dich sein kannst?*

*In der AG „Yoga und Entspannungstechniken“ lernst du innerhalb einer kleinen Gruppe für dich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen.*

*Im Zusammenspiel von Bewegung und Ruhephasen wie zum Beispiel Fantasiereisen kannst du wieder „Energie tanken“.*

