

Beste ouders en kleuters,

Beweging is heel belangrijk!

Hard rennen, dansen, springen,... vinden de kleuters geweldig!

Maar ook een juist evenwicht zoeken en bewust worden van je lichaam is belangrijk.

Daarom dit lesje Yoga. 😊

We beginnen met de zonnegroet.

Zie onderstaande link:

<https://1drv.ms/v/s!ArGm58HxbR92gpwK4NN07kDIWfaLUA?e=qx3m5j>

Je kan deze activiteit gezellig samen doen en herhalen

Met vriendelijke groet,

Groep 1 juffen en meester