



# Invitation til bevægelsesdag og yoga for børnehaver

Københavns Skole & Idrætsakademi inviterer børnehaver til bevægelsesdag torsdag den 29. august 2019, klokken 9.00-12.00, Gartnerivej 9 – Østerbro

Københavns Skole & Idrætsakademi åbner dørene for nogle af de aktiviteter, der er på skolen, specielt møntet til børn i 4-6 årsalderen. Børnehavebørn får mulighed for at afprøve forskellige bevægelseslege, boldlege, yoga og mindfulness, hvor man skal bruge kroppen og hovedet. Lærere, akademitrænere og nogle af skolens elever guider børnene igennem dagen.

## Program

- 09.00-09.15 Velkommen og information om bevægelseslegene
- 09.15-10.15 Bevægelseslegene og yoga sættes i gang (Første omgang)
- 10.15-10.45 Pause – Skolen giver frugt og sund sportsdrik
- 10.45-11.45 Bevægelseslegene og yoga sættes i gang (Anden omgang)
- 11.45-12.00 Afslutning på dagen – uddeling af præmie til alle børnene
- 12.00-? Børnehaven er velkommen til at spise deres frokost på skolen

## Tilmelding

Tilmelding kan ske telefonisk til Lars Sunesen (lærer) på tlf.: 53 88 33 03 eller til skolens e-mail: [kbh.akademiet@gmail.com](mailto:kbh.akademiet@gmail.com). Skriv i overskriften: "Tilmelding til bevægelsesdag" med oplysning om børnehavens navn og antallet af børn, der deltager. Arrangementet er gratis. Sidste tilmeldingsfrist til arrangementet er den 26. august 2019.

Skolen giver frugt og sportsdrik. Man skal selv medbringe frokost, såfremt man ønsker at spise på skolen. Man kan max. tilmelde 12 børn pr. institution.