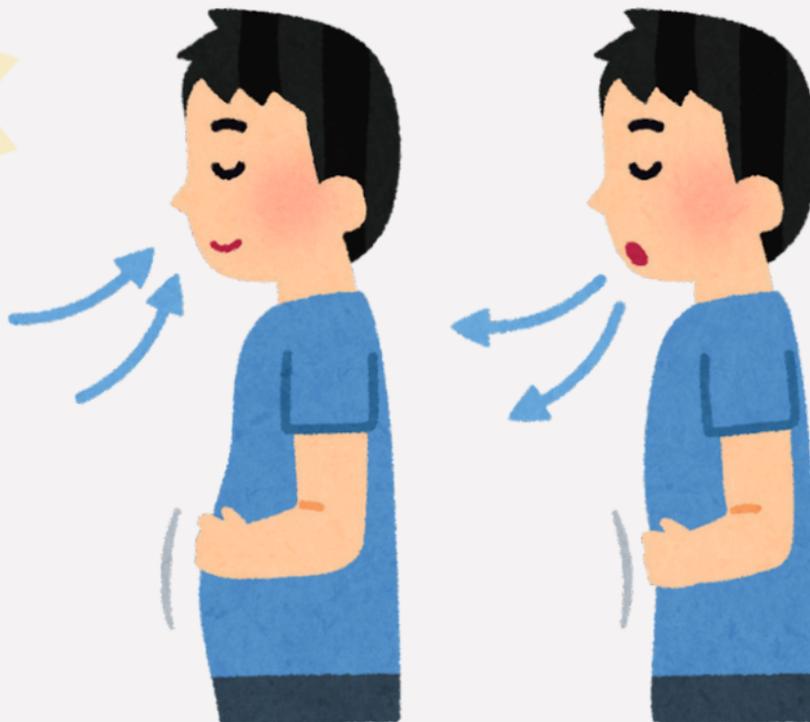


Termine:  
3x 60 Minuten  
samstags  
25.10.25  
29.11.25  
17.01.26  
jeweils  
10 – 11 Uhr



## ATEMTECHNIK ZUR ENTSPANNUNG FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Atemtechnik ist nicht nur für Bläser\*innen und Sänger\*innen wichtig. Bewusst eingesetzt dient sie auch zur Entspannung und Regulierung von Emotionen oder Unruhe. Im Workshop lernen Kinder und Jugendliche den Einsatz von Atem- und Körperübungen, die zu einer Tiefatmung und Entspannung führen.



**Ort:**  
Primarschule Schlüechti  
Mehrzwecksaal  
Schlüechtstrasse 10  
8104 Weiningen

**Termine:**  
3x 60 Minuten  
SAMSTAG, 25.10.25 / 29.11.25 / 17.01.26, jeweils 10 – 11 Uhr

**Alter:**  
Für alle interessierten Kinder und Jugendliche von 8 – 16 Jahre

**Kosten:**  
Kostenlos bei gleichzeitigem Besuch von Einzel- oder Zweierunterricht  
CHF 60.- (Subventionierter Schulgeldtarif für Minderjährige und junge Erwachsene mit Wohnort in den Gemeinden Weiningen, Unterengstringen, Oberengstringen)  
CHF 140.- (Nicht-subventionierter Schulgeldtarif für Schülerinnen und Schüler mit Wohnsitz ausserhalb der drei Gemeinden)

**Mitbringen:**  
Matte/Handtuch, bequeme Kleidung

**Kursleitung:**  
Luana Sanna-Divertito, Querflötistin und Pädagogin (MSLI, MKZ)

**Anmeldung:**  
Online oder via QR- Code.  
Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühren.

**Informationen:**  
Musikschule Limmattal, Tel: 043 455 07 87, Email: info@msli.ch

**Anmeldeschluss:** 25.09.2025

Hier anmelden

