



CORSO DI YOGA PER BAMBINI



Un percorso dedicato ai bambini per divertirsi ed imparare a rilassarsi

Obiettivi del corso:

- **Calmare** l'agitazione attraverso il controllo del respiro ed esercizi di rilassamento
- Coltivare la **fiducia** in se stessi
- Stimolare la memoria, la **concentrazione**,
- Migliorare l'**equilibrio**, la flessibilità
- **Divertirsi** utilizzando il corpo e la voce in un ambiente non competitivo

Lezione di prova giovedì 20 febbraio 2014 alle ore 17.30, gradita prenotazione telefonica o via mail entro il 18 febbraio

Ciclo di 5 incontri

Fascia d'età 6-11 anni

Costo del corso: (comprensivo del materiale gioco sablimage mandala Eureka Kids)

PER INFO :

ISOINSIEME
CENTRO MUSICOTERAPIA BENENZON ITALIA

Via Piazza, 41-ingresso Via Condove, 22a

10129 Torino - tel. 011/5682285

www.centrobenenzon.org

segreteria@centrobenenzon.org