



Ayurveda - Yoga - Discipline Olistiche
Via Campagna, 19 - GALLIERA VENETA (PD)



Con la collaborazione del comune
di Galliera Veneta (PD)



Messaggio rivolto ai soci C.S.E.N.

Organizza corsi di:

SRISTHI YOGA

YOGA PER BAMBINI

6 - 10 anni

MARTEDÌ DALLE 16:30 ALLE 17:30



Attraverso esercizi corporei, emozionanti viaggi di fantasia e l'arte dei Mandala, i bambini possono scoprire le loro forze: è questa la "magia" dello yoga, antica disciplina che promuove la consapevolezza del proprio corpo, la concentrazione e il rilassamento, dona calma interiore e rafforza le difese naturali e immunitarie.



YOGA PER RAGAZZI

11 - 14 anni

MARTEDÌ DALLE 17:30 ALLE 18:30

Lo Yoga offre ai ragazzi un efficace strumento per conoscere se stessi, per avere una consapevolezza sempre maggiore delle proprie emozioni e del proprio respiro, potenziando l'attenzione e la concentrazione. Le asana dello Yoga in statica e dinamica migliorano postura, forza, equilibrio, coordinazione, flessibilità e agilità.



INIZIO CORSI

3 OTTOBRE 2017

PRESSO SEDE A.S.D. GIRASOLE

IN VIA CAMPAGNA 19, GALLIERA VENETA

Insegnante: Laura Baggio diplomata presso Viniyoga ETY (Étude et Transmission du Yoga) Belgio.
diplomata presso AIYB (Associazione Italiana Yoga Bambini) metodo Gioca Yoga ®

Per info Laura cell. 3473358947

A.S.D. Girasole via Campagna, 19 - Galliera Veneta (PD) Tel. 3484025509

