EXPLORE AND BECOME

YOGA

CORSI MATTUTINI

anno scolastico 26/27

sede: La Giocomotiva di via Gioberti

12-36 MESI	**MARTEDÌ 10:00-10:45**	**25 INCONTRI 250 €**

Attraverso il gioco, la creatività e l'ascolto, lo yoga aiuta i più piccoli a conoscere e abitare il proprio corpo con consapevolezza, sviluppando equilibrio, coordinazione e concentrazione, oltre a insegnare loro a gestire le emozioni, vivere momenti di calma e relazionarsi con gli altri in modo empatico e rispettoso.

Il nostro percorso seguirà la metodologia Balyayoga®, un approccio studiato appositamente per l'infanzia che unisce movimento, storie, musica, respirazione e momenti creativi; tutto sarà proposto in forma ludica, con l'obiettivo di rendere ogni lezione un'esperienza gioiosa e significativa. Lo yoga rappresenta un dono prezioso per la loro crescita, aiutandoli a sviluppare fiducia in sé, serenità interiore e capacità di ascolto.

A cura di SARA FANTACCI

DATA DI INIZIO 13 ottobre

PER INFO corsi.FI-RM@becoming-education.com

PER ISCRIZIONI