Corso YOGA BIMBI età (6 – 10 anni) - Busca

Sede
Busca

Ore
10
(Lezione: 10 , FAD: 0, stage: 0, esame: 0)

Pagamento
A pagamento

Orario inizio previsto
Gennaio 2027 - Lunedì dalle 17,30-18,30

Obbiettivo professionale

Lo yoga bimbi, aiuta a sviluppare equilibrio, forza, flessibilità e una respirazione più consapevole; il bambino non si sente valutato, ma coinvolto. Impara a relazionarsi con gli altri e con il proprio corpo. Apprende il significato del silenzio per permettere ascolto dei compagni.
La pratica regolare sostiene attenzione, autocontrollo e capacità di rallentare dopo una giornata piena di stimoli; non è magia, è allenamento gentile, allenamento alla calma.

Argomenti

Il percorso comprende la narrazione di storie, ascolto di musica che aiuta il bambino a rilassarsi e ad ascoltare il corpo, apprendimento di posture sempre in modo ludico e piacevole. Si da spazio alla naturalezza, con una guida attenta da parte della insegnante. Il bambino viene condotto, in uno spazio protetto, in un vero e proprio viaggio esplorativo.

Annotazioni

Per informazioni
Istituto Musicale Vivaldi - Piazza della Rossa, 1 Busca
Telefono 0171/946528
dalle 14,30 alle 18,30 dal lunedì al venerdì
sabrina.vigna@afpdronero.it

Contatti

Sede - Centro serviziVia G.B. Conte, 19 Dronero
0171/909189
centro.servizi@afpdronero.it
segreteria.servizi@afpdronero.it