

CONSULTORIO FAMILIARE SANT'ANDREA

Via Giardini Garibaldi 3L

Iseo

telefono 030/3774742 - fax 030/3774752

email: infoiseo@cfmagodioz.it

Whatsapp: 3669080289

YOGALANDIA



Per informazioni e/o iscrizioni contattateci
allo **030/3774742** o chiedete direttamente
alla segreteria.



PERCHÉ LO YOGA AI BAMBINI

Al giorno d'oggi i bambini fanno sempre più fatica ad esprimere il loro potenziale creativo, a meravigliarsi e a fare scoperte autonomamente. Tutto ciò comporta noia, iperattività, scarsa autostima, aggressività e mancanza di rispetto.

Lo **YOGA**, attraverso varie tecniche, può contribuire a contrastare questi stati d'animo.



I DESTINATARI DEL CORSO

Il progetto è rivolto ad alunni:

- della scuola dell'infanzia (**3-6 anni**)
- della scuola primaria (**6-11 anni**)
- della scuola secondaria (**12-14 anni**)



TEMPISTICHE DEL CORSO

- ⇒ **Un incontro a settimana** della durata di 50 minuti ciascuno

ABBIGLIAMENTO NECESSARIO

- ⇒ Abbigliamento comodo
- ⇒ Calze antiscivolo

STRUMENTI UTILIZZATI DURANTE LE LEZIONI

- ⇒ **Strumenti musicali:** maracas, tamburello, legnetti, hang drum, campana tibetana e cimbali
- ⇒ **Strumenti vari:** palla, bende, candele, clessidra, sassolini, tappetini, matite, pennarelli



Il corso prevede il pagamento di **45€ per ciascun partecipante per il mese di lezioni**, da saldare direttamente la data di inizio presso il consultorio.