



Les enfants ont en eux prêtes à éclore et à se développer des capacités psychiques et corporelles. A travers différentes techniques de yoga, expression corporelle, relaxation, leur vitalité peut être canalisée, leur énergie équilibrée pour un épanouissement et un développement de leur potentiel et de leur créativité.

A Puyricard

COURS de YOGA pour enfants 3 à 8 ans

les mercredis de 14H30 à 15H30
à partir du 15 septembre 08

Cours d'essai gratuit

Animé par Kat Eratostène, professeur de Yoga, danseuse

Au programme : réveil du corps, assouplissements, découverte de l'espace, de l'autre, postures de yoga, expression corporelle, découverte des 5 sens, danse des émotions, danse des saisons, jeux sur l'imaginaire, relaxation et surtout le plaisir d'être bien dans son corps.

Lieu : centre Samadhi, 85 rue des Oliviers à Puyricard

Participation : 95 euros par enfant par trimestre

Adhésion familiale annuelle : 20 euros

Informations : 06 62 23 06 65
ashoka.asso@wanadoo.fr

ASHOKA
association loi 1901