

YOGA FOR KIDS BY ATHENSTRAINERS®

Σάββατο 12 Μαΐου 2012

14:00-17:00

Εισηγήτρια

Λαρή-Γαρυφάλλου Κατερίνα

Χώρος Διεξαγωγής Σεμιναρίου:

Φυσιοαγωγή

Ηρακλείτου 155-157 Πάτημα Χαλανδρίου

(περιλαμβάνεται ΔΩΡΕΑΝ ζωντανή παρουσίαση μαθήματος με τους μικρούς μας φίλους)

Πληροφορίες & δηλώσεις συμμετοχής:
6950614115/info@athenstrainers.gr



Η γιόγκα για παιδιά αποτελεί έναν από τους πιο δημοφιλείς τρόπους άσκησης για παιδιά διότι τα βοηθά να αναπτύξουν σωματικές καθώς και νοητικές δεξιότητες. Επίσης, έχει αποδειχθεί ότι η γιόγκα βοηθά ιδιαίτερα τα υπερκινητικά παιδιά και εκείνα που τα χαρακτηρίζει η έλλειψη προσοχής. Η γιόγκα για παιδιά αποτελεί αναμφίβολα ένα ανεκτίμητο ψυχικό έρεισμα, που ανταμείβει το παιδί με ευεξία, αυτοπεποίθηση, και ισορροπία.