

IOGA



Practicar ioga des de petits és molt positiu ja que ajuda a harmonitzar i equilibrar el sentir, pensar i actuar.

Les classes són dinàmiques i és practica jugant. És una forma divertida de desenvolupar importants habilitats en un entorn positiu i no competitiu.

Utilitzant la imaginació i la creativitat a través de contes i jocs, crearem postures de ioga que fomenten l'elasticitat, flexibilitat i la coordinació. També aprendrem a ser conscients de la nostra respiració, que és l'element clau per a concentrar-nos i relaxar-nos.

INSCRIPCIÓ I HORARIS:

A la nostra escola els nens i nenes tenen l'oportunitat d'introduir-se al ioga tots els dijous de 17 a 18 hores.

Les classes començaran dijous 5 d'octubre.

El preu és de 35 € / mes / nen.

Per inscriure's cal retornar omplert a l'escola el paper que els adjuntem abans del 21 de setembre del 2017.

✂ - - - - -

El meu fill/a.....
de la classe.....
assistirà a les classes de **ioga extraescolar** durant el curs
2017/2018.

Signat

Cal entregar aquesta part del full signat a l'escola abans del dia **21**
de setembre del 2017.

