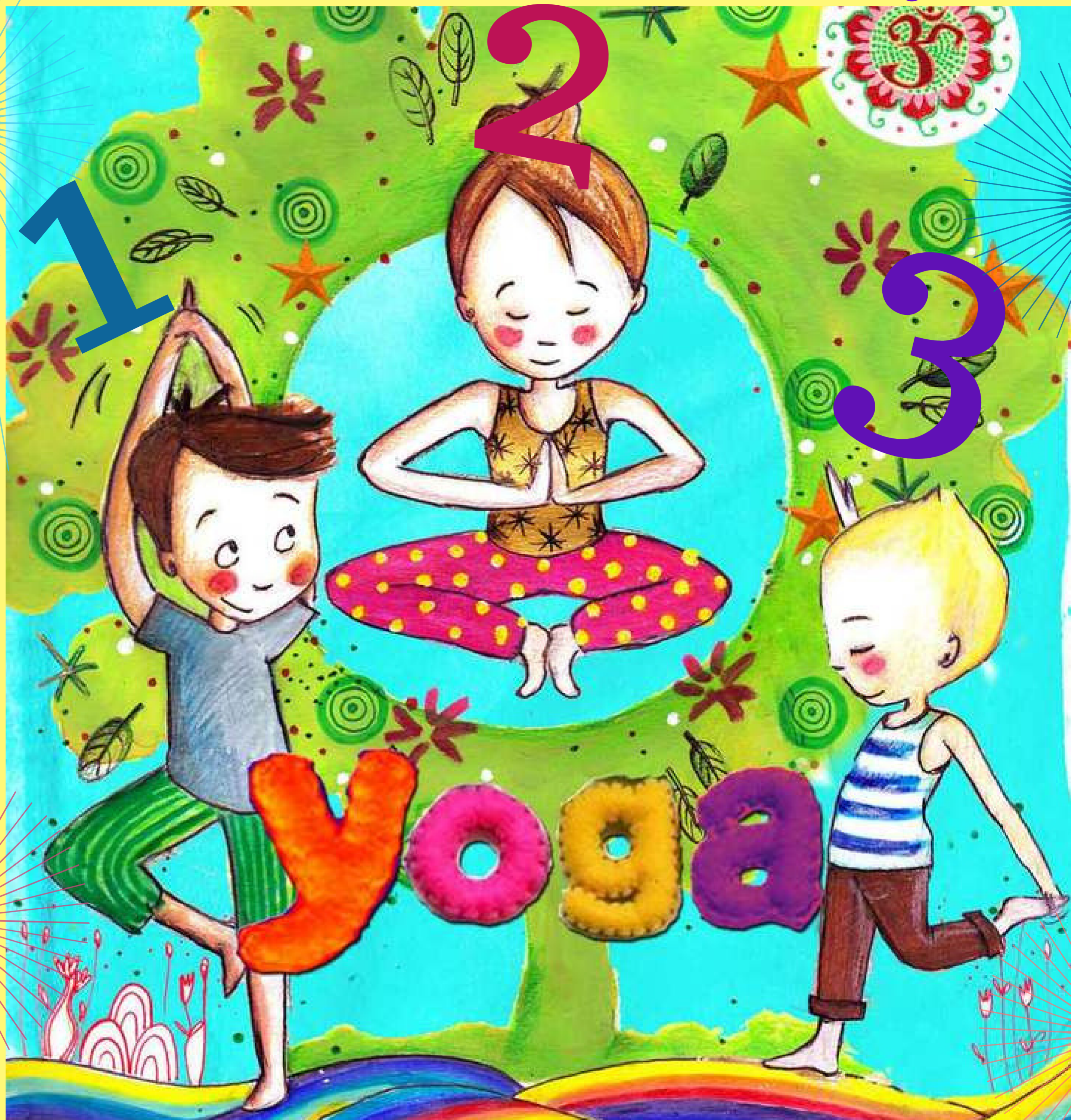


COURS DE YOGA LUDIQUE



LYON 7EME

Cours le mercredi:

3-6 ans de 16h10 à 16h55

7-11 ans de 15h à 16h00

LIEU: CENTRE DE YOGA JEAN MACÉ 13 RUE CAMILLE ROY

WWW.SHAKTI-BHAKTI.ORG

Elena - Manjeet Saran Kaur
Animatrice de Yoga Ludique Enfant

Contact: onjoueauyoga@gmail.com ou 06 63 71 07 65

PRATIQUER LE YOGA EN S'AMUSANT:

S'aimer et s'accepter tel que l'on est... juste autoriser l'enfant à être ce qu'il est, car chaque enfant a de bonne raison d'être ce qu'il est... simplement. Ne pas chercher à le changer mais l'aider à trouver sa propre sagesse intérieure

- ★ Améliorer la concentration
- ★ Augmenter la souplesse
- ★ Retrouver l'équilibre
- ★ Développer la confiance en Soi
- ★ Apprendre à mieux respirer
- ★ Acquérir des valeurs positives
- ★ Apprendre à gérer ses émotions
- ★ S'amuser ensemble
- ★ Se détendre

SHAKTI
BHAKTI

- Tarif Cours: 13 euros
- Tarif au trimestre: 140 euros
- Tarif 8 cours: 96 euros
- Cours découverte: 10 euros

Prévoir une tenue confortable, un bouteille d'eau, les doudous sont les bienvenus

**COURS DE YOGA LUDIQUE
LYON 7EME**

www.shakti-bhakti.org