



Yoga-Danse Enfants

Beschreibung	Découverte du Yoga tout en jouant et riant grâce aux mouvements de danse qui apportent liberté et créativité. En se laissant guider par nos envies et notre imagination, nous embarquerons à bord d'un avion, d'un nuage, nous imiterons le lion, la souris ou le poisson. Nous nous transformerons en montage, en arbre ou en fleur. Nous apprendrons à écouter notre respiration et découvrir nos sens.
Inhalt	Pratique d'exercices en douceur, dans la joie et le partage du groupe qui donnera à votre enfant les outils pour vivre en harmonie, accueillir et gérer ses émotions.
Zielgruppe	Enfants entre 7 et 12 ans
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• apprendre à connaître son corps, à respirer et se calmer.• développer la coordination, l'équilibre et la concentration.• apaiser ses émissions et réduire les tensions.
Datum	auf Anfrage / D_81126
Dauer	Total Lektion(en)
Preis	CHF 0.00
Durchführungsort	Ecole-club Migros Vevey (in Planung)

Ecole-club Migros Vevey

rue des Entrepôts 4
1800 Vevey

Tel. +41 58 568 32 50

ecoleclub@gmvd.migros.ch
ecole-club.ch

