



YOGA IN FATTORIA

Tre mezze mattine all'aria aperta alla scoperta dello yoga

Per lo sviluppo consapevole del bambino che grazie allo yoga e tecniche di respirazione fa esperienza di sé e del proprio corpo. Yoga bimbi, divertente, ricco di fantasia ed insegnamenti, in un ambiente ludico e collaborativo, aiuterà nella crescita, rafforzando il corpo, l'equilibrio, la concentrazione e l'autostima.

Quando: 12-13-14 luglio, 9.00-11.30
2-3-4 agosto, 9.00-11.30

Dove: Fattoria biologica il Cardo, Acquarossa

Età: 6-11 anni **Partecipanti:** 5-10 bambini

Costo: chf 90.- per tre mattine (inclusa merenda sana coi prodotti della fattoria)

Iscrizione: entro il 12 giugno
Rosa Roca, 078 816 63 09

www.trisbenessere.wordpress.com