

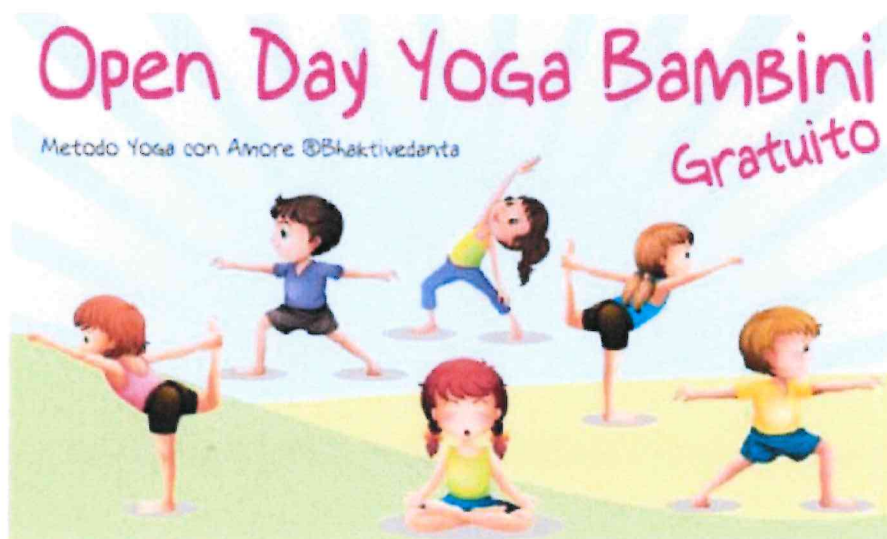


Polisportiva Novate ASD

www.polisportivanovate.it - E-mail: polisportivanovate@libero.it

via Bertola 12 - 20026 Novate Milanese - tel/fax 02/3548663

STAGIONE 2021/2022



Il corso è pensato per bambini dai 7 ai 10 anni.

Venerdì 8 e 15 ottobre dalle ore 16.30 alle 17.30 ti aspettiamo nella nostra palestra al palazzetto dello Sport (ex spogliatoi del calcio) all'interno del Parco Ghezzi.

In un clima accogliente, nel rispetto di sé e degli altri, potrai allenare il tuo coraggio, recuperare la calma, la forza e scaricare lo stress.

Col tempo migliorerai equilibrio, flessibilità, memoria e coordinazione motoria.

Questo è solo l'inizio!

Lo Yoga prosegue nel "viaggio interiore attraverso fiabe e storie con le posizioni di Yoga (Asana)".

I bambini utilizzano il corpo come veicolo di espressione dei loro bisogni e delle loro necessità.

Lo Yoga innanzitutto arricchisce questo tipo di comunicazione, rendendola per il bambino più semplice ed immediata.

I bambini sono curiosi, creativi e questa attività corporea è per loro particolarmente adatta poiché le posizioni Yoga (Asana) rappresentano animali o cose e facilitano il divertimento.

Per maggiori informazioni sul corso e prenotare la tua prova gratuita, contatta Olena al numero 348 22 97 773.