



MERCREDI 30 OCTOBRE 2019 **YOGA ENFANTS HALLOWEEN**

Les associations APOES et Yogi'Nube vous proposent un atelier yoga pour enfants de 6 à 10 ans.

Etre soi, être bienveillant et vivre ensemble dans la gaieté tout en préservant sa créativité et son authenticité sont quelques principes fondamentaux du yoga.

Les séances de yoga proposées permettent de s'autoriser à être soi tout en étant attentif à l'autre mais aussi d'être bienveillant envers soi-même et les autres. Elles permettent de promouvoir le vivre ensemble et l'esprit d'équipe.

Ces séances s'adressent aux enfants de 6 à 10 ans et mêlent des techniques d'expression corporelle, de danse primitive, de jeux pédago-ludiques, de postures, de souffle et de relaxation.

Pour cette séance, les enfants peuvent venir déguisés s'ils le souhaitent ☺ !

Où :



Ecole communale de
Saint-Paul-les-Durance
(13115)

Horaires : 10h à 11h30

Prix : 5€

Places limitées : 8
enfants

Réservation
obligatoire auprès du
secrétariat de la
mairie de Saint Paul

**ASSOCIATION
YOGI'NUBE**

Facebook :



Tel : 07.84.32.30.75
Mail : yogi'nube@gmail.com