

LABORATORIO DI YOGA AL NIDO

Lo Yoga favorisce una crescita sana ed equilibrata dei bambini, poiché coinvolge in modo armonioso corpo, cuore e mente.

In questo laboratorio i bambini hanno la possibilità di scoprire e migliorare la conoscenza del proprio corpo, divertirsi nel movimento, ampliare le loro potenzialità espressive e creative. Attraverso il gioco dello Yoga i bambini vengono accompagnati nelle loro tappe di sviluppo psicomotorio e di esplorazione dell'ambiente circostante.

Gli incontri hanno la durata di circa 20 minuti e sono svolti con cadenza settimanale, in orario curricolare.