

Studiedag kinderyoga thuis en in de klas



Als gekwalificeerde (kinder)yogadocente is het mijn passie om kinderen en volwassenen zo veel mogelijk de weldaad van yoga te laten ervaren en bij te brengen. Daarom sta ik ten zeerste achter het idee om kinderyoga thuis te beoefenen samen met je kind of als leerkracht in de klas.

Inhoud van de studiedag:

- Een kinderyogales ervaren. We gaan samen op kinderyoga-avontuur! Door als leerkracht of als ouder de kracht van kinderyoga te ervaren, voel je welke impact de eenvoudige oefeningen kunnen hebben op kinderen. Het wordt ook voor jou genieten!
- Opbouw en onderdelen van een kinderyogales
Je krijgt hier tips en trics om een volledige kinderyogales op te zetten. Je krijgt eenvoudige yoga-oefeningen aangeboden die je samen met het kind kan uitvoeren, ademhalingsspelletjes, massage-oefeningen
- Relaxatie-oefeningen voor de leerkrachten en ouders
- Je hebt zelf ervaren wat kinderyoga met je doet, en je bent in staat om thuis of in de klas zelf aan de slag te gaan met de eenvoudige oefeningen.

De oefeningen van deze dag staan uitgewerkt in cursus die je mee krijgt naar huis, en we bezorgen ook een boekenlijst met zeer bruikbare boeken rond kinderyoga.

Wanneer? Zaterdag 16 december van 11-17u

Prijs : 85 eur : cursus, drank en lichte lunch inbegrepen

Waar : yogastudio Najoni-Daalbos 4-9290 Berlare - <http://users.telenet.be/najoni>

Meer info of inschrijven kan via : mail najoni@telenet.be of tel 052/ 55 54 97