



UNIONE DEI COMUNI
VALLE DEL SAVIO

Centro per le Famiglie di Cesena

Lo Yoga della Giraffa

Yoga per bambini da 3 a 6 anni



Mettiamoci in cerchio ad ascoltare le storie della giraffa Carolina, storie di animali e di piante. Ascolteremo il nostro respiro, le nostre risate, i nostri pensieri che lasceremo andare con lentezza.

Attraverso facili posizioni yoga, semplici tecniche di respiro, meditazione e rilassamento e con l'utilizzo divertente dello yoga della risata trascorreremo il tempo insieme ai nostri bimbi per incorporare la bellezza della vita, lo star bene e l'essere felici.

Laboratorio di 4 incontri condotto da Maria Angelica Pisanu, insegnante di yoga.

Lunedì 8, 15, 22, 29 novembre 2021

Dalle ore 16.45 alle 17.45

**Presso il Centro per le famiglie
via Ancona 310 Cesena**



**È necessario il Green pass e iscriversi, anche telefonicamente,
contattando il Centro per le famiglie dal lunedì all giovedì dalle 8.30 alle 13.00.**

Il corso è gratuito

Centro per le Famiglie di Cesena

Via Ancona, 310 - 47522 Cesena Tel. 0547 333611

informafamiglie@comune.cesena.fc.it



UNIONE DEI COMUNI
VALLE DEL SAVIO

