

# Movimento Libero e danza creativa

## per piccoli e grandi



### Target

Bambini di età 3-5 anni accompagnati da un adulto

### Obiettivo

Trasformare il gioco fisico in un'occasione per conoscere meglio il proprio corpo e rafforzare l'interazione tra bimbi e genitori: un momento di libera espressione corporea che sostenga lo sviluppo naturale dei piccoli e consenta ai grandi di avvicinarsi al mondo sensoriale dei propri figli.

### Programma

Ogni lezione dura circa 50 minuti e comprende:

- Esercizi di Stretching
- Giochi di movimento libero in coppia e di gruppo
- Danza e musica
- Massaggi e rilassamento finale

### Tutor

Milka è un artista, coreografa e mamma che dedica un'attenzione particolare allo sviluppo dei sensi nell'infanzia e ai loro effetti nella vita adulta. Oltre alla propria attività nel campo della performance, ha anche una lunga esperienza (in Italia, Inghilterra e Cipro) nel settore dell'educazione, in particolare di attività creative.

