

# **YOGA PARA NIÑ@S A PARTIR DE 6 AÑOS**

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

## **Temas**

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

## **Descripción**

FACILITAR A L@s NIÑ@S LAS HERRAMIENTAS NECESARIAS, ACCEDIENDO ASI A SUS MUCHOS BENEFICIOS Y EXTENSIVOS AL CONJUNTO DEL ORGANISMO.

BENEFICIOS: COORDINACION CORPORAL Y PSIQUICA, RESISTENCIA FISICA E INMUNOLOGICA, CAPACIDAD DE CONCENTRACION , MEMORIA, MEJORA DEL FLUJO RESPIRATORIO, METABOLISMO, LIBERACION DE TENSIONES, PERDIDA DE MIEDOS, FAVORECE LA CREATIVIDAD ABRIENDO LA MENTE DEL NIÑO SIENDO MAS CREATIVO.

SE ESTA PONIENDO EN PRACTICA EN COLEGIOS, DANDO UN RESULTADO MUY POSITIVO, ENTRE LOS ALUMNOS DE 6 AÑOS EN ADELANTE AUNQUE LA EDAD PUEDE SER MAS AMPLIA EN HORARIO A CONVENIR, PUDIENDOSE REALIZAR LA ACTIVIDAD EN MATERIA EXTRA-ESCOLAR.

EL PRECIO DE LA ACTIVIDAD ES DE 10€ LA HORA Y EL PROFESOR QUE IMPARTE LA CLASE ES JAVIER MEDINA LAS CUALES SE RALIZAN EN EL POLIDEPORTIVO EN EL AULA DE MULTIACTIVIDAD

## **Población**

Población General - Cualquiera (INDICADO A PARTIR DE 6 AÑOS)

## **Persona de contacto**

JAVIER MEDINA RODRIGUEZ (626887096) (marisalatorre59@gmail.com)

## **Entidad participante/colaboradora/promotora**

ASOCIACION H2O AYERBE MAS

## **Fecha de última actualización de la actividad**

23/05/2025

## **Situación actual de la actividad**

Activa

## **Gratuita**

No

## Localización

Calle RAMONA CINTO s/n 22800 AYERBE POLIDEPORTIVO Ayerbe Huesca Aragón España

