

IOGA EN FAMÍLIA. INFANTS DE 4 A 6 ANYS

Red adscrita  CAT

Temas

Infancia, Juventud, Mujeres, Hombres, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

En aquest taller treballarem la connexió i el vincle entre adult i infant, creant un espai d'harmonia i joc on gaudirem i a més, aprendrem tècniques de respiració i de relaxació. Farem divertides postures de ioga a través d'històries i balls. Un espai per aprendre a relaxar-se i practicar un ioga lúdic i interactiu entre la persona adulta i l'infant, facilitant així el desenvolupament d'aquest i acompanyant-lo en els seus processos evolutius a partir d'un ambient càlid i agradable. Observacions: Cal dur tovallola, mitjons i roba còmoda. El preu dels tallers familiars és per infant i acompanyant (una sola inscripció: adult). Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web).

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

Centre Cívic La Sagrera (93 351 17 02) (cclasagrera@bcn.cat)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic La Sagrera

Fecha de última actualización de la actividad

12/06/2024

Situación actual de la actividad

Histórica

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Martí Molins 29 08027 Barcelona Barcelona Cataluña España



Fecha de la Actividad

De 08/01/2024 a 11/03/2024

Página web del proyecto

<https://sagrera.inscripcionscc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=23&a=2095>