



TALLER DE YOGA

Responsable: Laura Abril
Tel.: 669 25 56 24
laurabrilallende@hotmail.com

El yoga es una disciplina antigua que ayuda a crear salud y bienestar. El significado de la palabra yoga es "unir": construir salud física, vitalidad, armonía y flexibilidad, tanto de la mente como del cuerpo.

Su práctica se convierte, en el entorno infantil, en una actividad saludable y lúdica. Un forma divertida de desarrollar importantes habilidades en un entorno positivo y no competitivo.

HORARIOS Y GRUPOS



1 ó 2 periodos semanales de 45 minutos.

Preparatory / 1º a 3º Primaria:

Martes y/o Jueves: 10:30 a 11:15 h.

4º a 6º Primaria:

Martes y/o Jueves: 11:15 a 12:00 h.

