

ATELIER YOGA

Sabrina Zaks

sabrinazaks@hotmail.com

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

ÉTABLISSEMENT STE GENEVIEVE DU MARAIS

JOUR : VENDREDI

12H-12H45 : GS, CP, CE1

12H45-13H30 : CE2, CM1, CM2

COÛT : 345€



La séance de Yoga / Méditation est un moment de joie et de détente autour de la respiration, des postures seule ou à 2, des massages, des visualisations guidées, l'expression des émotions, le tout dans un esprit bienveillant autour de la coopération.

Les multiples bienfaits du Yoga chez l'enfant :

- Développer son attention
- Identifier et apprivoiser ses émotions.
- Développer la motricité, l'équilibre
- Apprendre à se détendre
- Apprendre à vivre ensemble par l'écoute et le partage
- Apprendre à se détendre
- Dynamiser le corps et lui fournir une énergie positive
- Développer son imagination
- Développer la confiance en soi
- Et tout simplement grandir heureux !

BULLETIN D'INSCRIPTION YOGA 2024/2025

Cotisation annuelle : 345€ ordre Sabrina Zaks

Nom de l'élève :

En classe de :

Email de contact avec la famille :

Fait à :

Le :

Signature des Parents :