

НАРОДНО ЧИТАЛИЩЕ "РОДЕН КРАЙ-1931" ОРГАНИЗИРА



За записване:
Мая Китова - 0886 46 03 07

e-mail: roden_kraj@abv.bg
info@rodenkrai-1931.org

www.rodenkrai-1931.org

Комбинирани занимания, които са покана за истински споделено време и за създаване, възстановяване, подхранване на приятелството между малките и техните мама или татко. Йога увеличава гъвкавостта, силата, координацията и осъзнаването на тялото. Дихателните практики, обединени с физически пози и методи за релаксация, създават условия за здравословен и балансиран живот. Времето прекарано в съвместни занимания е най-добрият подарък, който може да подарите на вашето дете. Йога за родители и деца е незаменим начин да изградите своите отношения и да се опознаете, защото освен заниманията в зала, курсът предвижда и занимания на открито, игри и творчески задачи.

