

Йога для детей и родителей



Алматы, Казахстан

Добрый день!

Приглашаем Вас на ОТКРЫТЫЕ УРОКИ ЙОГИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

7 июня в 11:00

по адресу ул. Шевченко 90, уг. Наурызбай батыра, бизнес-центр «Каратал», 3 этаж

Чем полезна йога детям? Что нужно для занятий по йоге? Кому нужно заниматься йогой? – узнают родители. Что такое йога? Кто же такие эти йоги на самом деле? Весело ли заниматься йогой? – узнают Ваши дети. Дети отличаются непоседливостью и чрезмерной активностью. В то время, когда мы ждем от них внимания и собранности, им сложно сосредоточиться и умерить свой пыл. Йога для детей поможет воспитать в ребенке чувство организованности и уверенности, направит бьющую через край энергию в нужное русло. Мы уже знаем об очевидной пользе асан для здоровья взрослых, поговорим теперь о преимуществах упражнений йоги для детского организма.

Систематические занятия йогой помогут ребенку:

- Сформировать крепкие мышцы, стать более гибким;
- Сбалансировать эмоциональное состояние, научиться преодолевать критические ситуации;
- Стать более уверенным и целеустремленным;
- Быть всегда собранным и организованным;
- Научиться управлять своим дыханием.

Упражнения, выполняемые плавно, без резких движений, помогают выработать у ребенка выносливость и выдержку, что, в свою очередь, благотворно сказывается на работоспособности и успехах в школе. Йога для детей поможет также предупредить сколиоз или устранить легкие формы уже имеющегося искривления позвоночника.

Польза для родителей:

Хотите попробовать свои силы, прежде чем покупать абонемент? Приходите на открытые уроки вместе с детьми старше 9 лет! Участие в открытых уроках совершенно бесплатное. Это занятие – прекрасная возможность одновременного общения с йогой и своим ребенком. Это не просто совместное выполнение асан йоги, но и незабываемые ощущения духовной близости между вами. Это – веселое и увлекательное приключение! Присоединяйтесь!

Цена: Договорная

Тип объявления:

Торг: уместен

Услуги, предлагаю

AvizInfo.kz

1/2

