

Pequeños Valientes/Yoga

Taller de emociones en el que, a través de juegos, dinámicas, música, manualidades, etc. los niños/as aprenderán a reconocer y expresar emociones.

Hacer ejercicio, conocer su propio cuerpo, canalizar las emociones, jugar, cantar, concentrarse y relajarse... ¿todo esto en una sola actividad? ¡Por supuesto! El Yoga es la disciplina ideal para que los niños desarrollen su capacidad física y aprendan a escuchar su cuerpo y su mente. Lo mejor es que se lo planteamos de una forma muy lúdica y divertida