

YOGA LUDIQUE DU 11 ET 12 AVRIL 2015 stage pour adultes

En région Lyonnaise, à St Martin en Haut-69850

Présentation

Ce stage très ludique est essentiellement axé sur la pratique pour nous permettre de bien assimiler et d'intégrer les exercices proposés.

Il réveille notre enfant intérieur et notre créativité.
Le stage sera enrichi par la verbalisation de notre vécu.



Contenu



Les techniques employées sont simples et adaptées à l'ENFANT :

- Relaxations dynamiques et passives
- Expression corporelle (postures, mime, danses)
- Comptine, chant
- Exercices de concentration
- Exercices de mémorisation
- Travail sur les sens
- Jeux de Théâtre - Jeux coopératifs

Ce stage s'adresse à tout adulte "accompagnant" d'enfants (parent, éducateur, enseignant, animateur ...) aux professionnels du bien être (professeur de yoga, sophrologue...) ainsi qu'aux personnes animant des "groupes détente" adultes (et personnes âgées), et à celles désirant faire un travail de développement personnel.

TARIF EXCEPTIONNEL !

avec **Patricia Bayard** vous transmet son expérience de 30 ans de pratique dans le domaine du yoga, de la relaxation et du développement personnel auprès des enfants, adolescents, adultes et personnes âgées.

Plus amples informations sur notre site : www.serelaxer.net, ainsi que le blog avec témoignages d'anciennes stagiaires : <http://serelaxer.blog4ever.com/blog/Index-207876.html>

Pédagogie : 05 81 06 11 59 ou 06.01.93.65.12 – serelaxer.net@gmail.com

Organisation et inscription : Graine d'Ecole 248, route de Pinloup - 69440 CHAUSSAN
04 78 44 91 66 - grainedecole@sfr.fr