



Les p'tits Yogis

Une séance de yoga pour les enfants
accompagnés ou non de leurs parents

Déroulement	<p>La séance est construite autour d'un thème : confiance en soi, amitié, la nature, ... Yogo, le singe « yoguique », lance le thème puis la séance peut commencer selon le déroulement suivant :</p> <ul style="list-style-type: none">- Echauffement corporel ludique- Conte avec postures de yoga adaptées- Relaxation (musique, bols tibétains, respiration, visualisation ...) <p>Durée : de 45 minutes à 1h</p>
Public	<p>Atelier Enfants ou parents/enfants 8 enfants* de 2 à 6 ans</p> <p><i>*selon la taille de la salle</i></p>
Intérêts pédagogiques	<ul style="list-style-type: none">- Conscience du corps- Imagination- Gestion des émotions- Liens parents-enfants- Ecoute de soi 
Intervenante	<p>Malvina Ghoris</p> <p>Diplômes : BAFA, DEJEPS animation socioculturelle, CAP Petite Enfance</p> <p>Formations : professeur de Yin Yoga, formation Yoga pour enfants – AMA Campus</p> <p>Expériences : plus de 20 ans d'expérience professionnelle en accueil de loisirs, écoles, centre socioculturel et à domicile auprès d'enfants et d'adultes Pratique quotidienne du yoga</p>
Lieu et matériel	<p>Lieu : une pièce de taille adaptée, calme et sécurisée Matériel : 8 tapis, 8 coussins, 8 plaid</p>
Tarif	<p>100€/séances** pour des séances ponctuelles 90 €/séances** pour 3 à 9 séances dans l'année 70 €/séances** pour un minimum de 10 séances par an</p> <p><i>**Frais kilométrique supplémentaire à partir de 20 km</i></p>