




Yoga parents/bébés

Une séance de yoga pour un parent
et son bébé à partir de la naissance

Déroulement	<p>Le yoga parents/bébés permet de partager un moment de détente ensemble pour le plaisir du parent comme du bébé. La séance est composée de pratique pour le parent et pour le bébé et se déroule de la façon suivante :</p> <ul style="list-style-type: none">- Echauffement corporel ludique- Postures de yoga adaptées parent et bébé- Relaxation (musique, bols tibétains, respiration, ...) <p>Durée : de 30 à 45 minutes</p>
Public	<p>Atelier parents/bébés 6 bébés de 0 à 18 mois</p> 
Intérêts pédagogiques	<ul style="list-style-type: none">- Conscience du corps- Développement psychomoteur du bébé- Renforcement des muscles après l'accouchement- Liens parents-bébés- 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 enfant – 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 : 6 tapis, 6 coussins, 6 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>

**Frais kilométrique supplémentaire à partir de 20 km