



**IL BORGO DEI PICCOLI** Servizi Ludico- Educativi

## **“PARLIAMO CON IL CORPO” CORSO YOGA del GIOCO**

Il corso YOGA del GIOCO nasce per dare ai bambini uno strumento attraverso il quale centrare la mente su un unico pensiero, aiutando a migliorare equilibrio, elasticità, a costruire rapporti amichevoli con gli altri, sviluppando consapevolezza del proprio corpo.

In tutte le discipline della nostra vita serve concentrazione: nello studio (e quindi nell'apprendimento in genere), nella musica, nella pratica di tutti gli sport. Nella scuola si insegnano ai bambini tante materie, ma non gli si spiega come raggiungere la concentrazione, percorso davvero non semplice ma molto più efficace se compreso fin da piccoli.

La pratica dello yoga per i bambini è diversa da quella per gli adulti. È molto importante come prima cosa rendere la pratica un gioco, strumento primario di apprendimento per i bimbi di questa età, che aiuta a stimolare e mantenere l'attenzione durante la sessione.

Il corso, della **durata di 8 incontri di 45 minuti** ciascuno, sarà coordinato e condotto da Jessica Fiorani, specializzata nell'insegnamento dello Yoga ai bambini con il **Master YOGA EDUCATIONAL** in operatore Yoga per bambini e per la scuola.

**Il numero minimo per la partenza del corso è di 5 bambini iscritti ed è aperto ai bambini da 1 a 3 anni.**

Di seguito riportiamo le date degli incontri:

21 e 28 Gennaio, 4, 11 e 18 Febbraio, 3, 10 e 17 Marzo, dalle 17:15 alle 18.

**La quota di partecipazione al corso è di 75, 00 euro a bambino.**

**REGOLAMENTO:** per partecipare agli incontri è necessario portare un tappetino antiscivolo, indossare abbigliamento comodo e calzini antiscivolo.

Le iscrizioni aprono Giovedì 19 Dicembre e saranno raccolte fino a venerdì 17 Gennaio (o fino al raggiungimento del numero massimo di posti disponibili).

Per iscriversi occorre:

- scaricare il modulo di iscrizione dal sito [www.tangramvaleggio.it](http://www.tangramvaleggio.it) o passare a ritirarlo presso il Borgo dei Piccoli;
- compilare e firmare sia il modulo di iscrizione che l'informativa per la privacy e inviare il tutto a [iscrizioni@tangramvaleggio.it](mailto:iscrizioni@tangramvaleggio.it) (in caso di difficoltà si può consegnare direttamente presso il borgo dei piccoli)

La partenza del corso è subordinata al raggiungimento di un numero minimo di iscrizioni.



**IL BORGO DEI PICCOLI**  
Via D. Alighieri, 41 - 37060 Mozzecane (VR)  
Tel. 3460190708 - fax 045.4572811  
E-mail: [borgodeipiccoli@tangramvaleggio.it](mailto:borgodeipiccoli@tangramvaleggio.it)

