

GRAINES DE KARMA

chez

KARMA YOGA PROVENCE MARSEILLE



Pratique ancestrale venue d'Inde, le Yoga permet équilibrage et harmonisation du corps et de l'esprit au travers de postures simples ou complexes associées à la maîtrise de la respiration. Souplesse, force, concentration, lâcher-prise, énergie, prise de conscience de son corps, son potentiel et ses limites, confiance en soi, les bénéfices de cet enseignement sont nombreux. Débuter des cours de yoga lorsque l'on est encore enfant est un formidable atout!

Karma Yoga Provence Marseille propose pour votre enfant dès la rentrée un atelier Yoga et Art Plastique de 2h, tous les mercredi, animé par Delphine.

Durant cet atelier votre enfant pratiquera le yoga (postures, souffle), la relaxation sonore, ainsi qu'une séance d'activité plastique (dessin, peinture, collages, mandalas, etc.) qui lui permettra d'exprimer sa créativité. Le tout dans le respect des capacités de l'enfant, en fonction de son aisance et de son âge.

Programme de l'atelier:

- Accueil
- Cours de Yoga
- Relaxation sonore et découverte des instruments
- Pratique plastique



KARMA
YOGA EN PROVENCE
AIX-MARSEILLE

Atelier hebdomadaire les mercredi de 10h-12h
(hors vacances scolaires)

Tarif Annuel: 750€

Tarif Trimestriel:

- Premier Trimestre du 4 Septembre au 18 Décembre 2019: 283,78€
- Deuxième Trimestre du 8 Janvier au 8 Avril 2020: 263,52€
- Troisième trimestre du 29 Avril au 1er Juillet 2020: 202,70€