

## Йога Детская Игровая

Донецьк, Україна

Дорогие родители!

Приглашаем Ваших Детей на ИГРОВУЮ ДЕТСКУЮ ЙОГУ!

Занятия йогой проходят в игровой форме, чтобы ребенку не было скучно, и он при этом мог с легкостью и интересом осваивать асаны (позы) и пранаямы (дыхательные упражнения), под релаксационную музыку, в группах до 5 человек.

Абонемент на 8 занятий – 300 грн.

ЧТО ДАСТ ЙОГА ВАШЕМУ РЕБЕНКУ:

1. Занятия йогой укрепляют иммунную систему, значительно снижают частоту респираторных заболеваний (простуд, бронхитов, ОРЗ), существенно влияют на развитие интеллектуальных, творческих и психофизических способностей ребенка, создают устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни. Являются надежной профилактикой сколиоза и детского травматизма, служат проверенным средством исправление осанки.
2. Неусидчивым детям - «непоседам» йога помогает уравновесить свое состояние, улучшить концентрацию внимания, что поможет на школьных уроках гораздо быстрее усваивать новые знания и развить логическое мышление.
3. Йога идеально подходит для развития морально-этических и эстетических качеств личности, так как не предполагает соперничества. На занятиях йогой не важно, кто выше, быстрее, сильнее, здесь важно спокойно, без надрыва и вреда для собственного здоровья, выполнять упражнения.
4. Йога помогает детям больше узнавать о себе, а также дает возможности сознательно контролировать и управлять своим телом. Кроме того, дети учатся общаться друг с другом, относиться с уважением к своим родителям, друзьям и окружающим. Йога также развивает силу, ловкость и помогает детям быть уравновешенными даже в сложных или конфликтных ситуациях в школе и во дворе.

Дети по своему образу мышления гораздо ближе к миру йоги, чем взрослые. Их мир – это познание всего окружающего, в их разуме еще не сложились стереотипы, и они гораздо более открыты окружающему миру. Дети радуются простым вещам и наслаждаются текущим моментом – ведь именно это и есть смысл йоги.

Занятия проходят в Детском Клубе «Мандарин» - пр.

---

Price: **300 грн.**

Тип оголошення:  
Послуги, пропонуую

Торг: неуместеннеуместен

**Брухно Наталья**

**0958039195**