

Attività di yoga e natura

Attività organizzate in collaborazione con lo sci club Bionaz-Oyace e con il patrocinio del comune di Bionaz



**A CHI È RIVOLTO?
AI BIMBI DAI 5 AI 10 ANNI
(2015-2021)**



Proponiamo esperienze dirette in natura, lasciando ai bambini la gioia della scoperta e della libertà di movimento all'aria aperta con il supporto dello yoga.

ORARI E LUOGO

Dalle ore 8.00 alle ore 16.45 presso il lago Lexert a Bionaz, con la possibilità di partenza (con accompagnatore) da Piazza Manzetti alle ore 7.40 e arrivo nella stessa alle ore 17.50.

PASTI

Spuntino mattutino e merenda pomeridiana offerti dall'organizzazione. Pranzo al sacco a carico delle famiglie.

QUANDO?

SETTIMANE

6 - 10 luglio

13 - 17 luglio

3 - 7 agosto



ISCRIZIONI

L'apertura delle iscrizioni avrà inizio giovedì 23 aprile.

Dal 23 aprile fino al 7 maggio avranno la PRECEDENZA i bimbi iscritti allo sci club Bionaz-Oyace e i residenti nei medesimi comuni. Sarà inoltre possibile ricevere il link per compilare il modulo di iscrizione richiedendolo alla seguente e-mail: yogaenatura2024@gmail.com, oppure tramite whatsapp. La graduatoria verrà stilata in base all'ordine di arrivo delle domande pervenute tramite modulo google compilato.

INFO: Tel. 346-0851377

E-mail: yogaenatura2024@gmail.com

CHI SIAMO?

Selena: educatrice esperienziale ed insegnante di yoga per bambini diplomata con il metodo balyayoga

Valentina: insegnante di yoga per bambini diplomata con il metodo balyayoga

Romina: educatrice professionale e danzaterapeuta



**Previsti contributi
ai residenti
dell'unità des
Communes
Valdôtaines
Grand-Combin**

LE ESPERIENZE PROPOSTE...

- salute e motricità
- esplorazione degli elementi naturali tramite attività multisensoriali
- attività di educazione ambientale
- conoscenza della propria corporeità
- yoga e meditazione
- promozione dell'autostima e dell'autonomia
- sperimentazione del silenzio e del lento scorrere del tempo
- gioco libero
- proposte di giochi esperienziali e cooperativi
- movimento creativo a partire dal contesto naturale
- giochi motori e relazionali

