

Prova på en Yogasaga!

- ett lekfullt sätt för vuxna och barn att göra yoga tillsammans.



Är du nyfiken på vad Sagoyoga är och vill prova på?

Välkommen på ett kostnadsfritt drop-in med Sagoyoga.

Vi ger oss ut på ett äventyr i en saga för hela kroppen. Ni kommer att få möta och gestalta olika djur, flyga, åka båt och mycket annat. I sagoyogan utvecklas t.ex. motorik, koordination, fantasi, samarbete på ett glädjefyllt sätt, vilket bidrar till att både du och ditt barn lär känna kroppen inifrån och ut. Vi avslutar med en lugn och avslappnande stund där både kropp och knopp får vila.



Var: Barnkulturcentrum, Nyköping.

När: Lördag 24/11 och 1/12

Tid: 12:00 – 12:30

Klädsel: Helt ok med "vardagskläder"

Obs! Kom i tid, då det är begränsat med plats.

Välkommen på ett lekfullt äventyr med hela kroppen!



Susann Wass, certifierad Kundalini- & Medicinskyoga instruktör och Utvecklingspedagog i förskolan

Frågor, hör av dig på 073-201 52 75 eller lär mer på www.sannyoga.nu

