



## Cahier de coloriages et mandalas de postures de yoga

RÉF. 810226

Plus de 30 postures de yoga pour enfants à colorier. Des jeux, des activités de concentration et des mandalas pour le plaisir et rester ZEN!

Ce cahier de coloriages a été créé par l'auteure, France Hutchison, qui dans la collection PedaYoga a réuni les techniques de yoga, de méditation et de programmation neurolinguistique qu'elle a adaptées pour les enfants et ce, afin de faciliter leurs apprentissages, la saine gestion de leurs émotions et stimuler leur concentration.

Le PedaYoga est une méthode ludique pour initier les enfants à la pratique du yoga. La mission de PedaYoga est d'intégrer le yoga dans le système éducatif des enfants afin de favoriser le développement de leur concentration ainsi que de stimuler leur apprentissage. Mais pas seulement ! PedaYoga fournit également des outils et des conseils pour aider les enfants à mieux dormir, prendre conscience de leur bien-être, de leur corps et de leurs émotions, construire leur estime personnelle, et être en mouvement. La gamme de produits PedaYoga apporte des outils simples mais efficaces, spécialement adaptés pour apporter le concept du yoga aux enfants. Pas besoin d'être un professionnel du yoga pour être capable d'utiliser ce simple programme de techniques corporelles et d'esprit et d'organiser ces séances/moments de yoga dans une classe ou à la maison avec des enfants.

### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Réf	810226
Transport	Normal
Langue(s)	Français
Marque	PedaYoga

### DISPONIBLE EN

Réf

Langue(s)

**idemasport**

**idemaqua**

**idemaplay**

