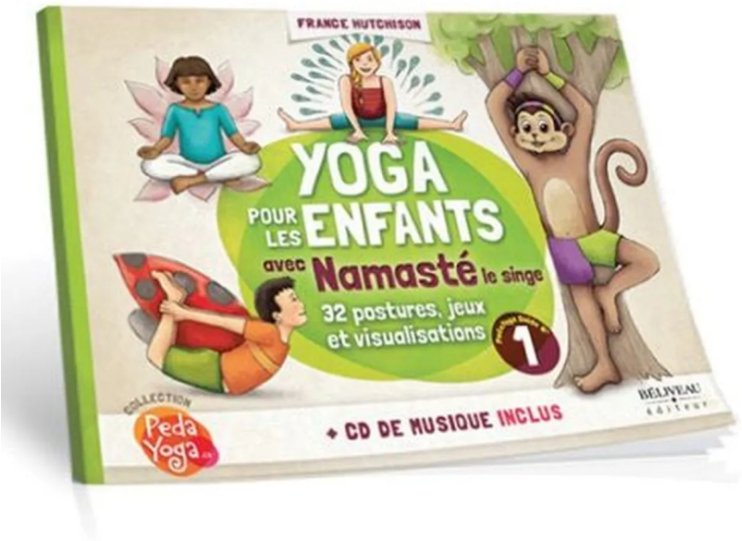
www.idema.com



Livre PedaYoga - Yoga pour enfants avec Namasté

RÉF. 810222

Un guide pratique et indispensable pour les écoles, les garderies et les familles ! France Hutchison a adapté des techniques de yoga pour faciliter la détente et l'apprentissage chez les enfants. Elle a développé un guide agréablement illustré qui comprend un CD de musique. Les enseignants, éducateurs en garderie et parents peuvent s'en servir pour développer la capacité de concentration des enfants dès l'âge de 3 ans. Chaque posture est accompagnée d'une description fort bien détaillée des bienfaits pour l'enfant. Vous n'avez qu'à suivre les consignes et explications pour atteindre les objectifs de visualisation. L'auteure propose plusieurs variantes. L'espiègle mascotte Namasté soulève des questions auxquelles France répond afin de nourrir la créativité de l'enfant.

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	810222
Type de transport	Normal
Marque	PedaYoga
Caractéristiques	Français

DISPONIBLE EN

idemasport idemaqua idemaplay

53, Rue Albert Samain - 59650 Villeneuve d'Ascq - Tél : 03.20.91.41.67 - contact@idema.com

Réf	Marque	Caractéristiques
810222	PedaYoga	Français