



PRAVLJIČNA JOGA (1. razred)

Joga združuje telo, um in duha, hkrati pa izhaja iz naravnih gibov, ki so najmlajšim zelo blizu.

Joga za otroke pozitivno deluje na: motoriko, koordinacijo, moč in gibljivost, zavedanje, obvladovanje telesa itd.

S pomočjo pravljic, zgodb ter številnih junakov se bomo podali v svet joga.

