

La pause Yoga-sophro pour les enfants des ateliers parents/enfants à chaque vacances

Sophrologie ludique pour apprendre à respirer, se relaxer, à réaliser des mouvements simples et doux, à extérioriser les tensions, émotions...

.....à partir de 6 ans

Atelier parents/enfants: instants de complicité et d'écoute auprès de son enfant

Prévoir tapis, plaid et coussin, tenue souple

Tarif enfants: 12 € l'atelier parents/enfants: 25 €

