

JOGA ZA OTROKE

Joga za otroke je dinamična in zabavna oblika vadbe, kjer skozi zgodbe, igre ter raznolike aktivnosti otroci spoznavamo osnove joge. Na ta igriv način razvijamo zavedanje telesa, pomirjamo svoj um in se sproščamo. Vadba za otroke združuje jogijske položaje, igre, gibanje, dihalne tehnike, čuječnost, zabavo in pustolovščine, da ustvarja celovito izkušnjo, ki otrokom omogoča, da se učimo in uživamo.



Prednosti joge za otroke:

- izboljša gibljivost, motoriko,
- pomaga pri nevro-mišičnem razvoju,
- krepi moč celega telesa in imunski sistem,
- sprošča,
- izboljša spanec in prebavo,
- pomaga pri spoznavanju telesa,
- gradi pozitivno samopodobo in samozavest,
- povečuje čustveno moč,
- spodbuja ne tekmovalnost in kreativnost,
- izboljša disciplino in osredotočenost.



URNIK:

3 – 5 LET PONEDELJEK 16:30, 6 – 10 LET: PONEDELJEK 18:00

Jogo vodim učiteljica joge za otroke, Špela Petovar.

Cena: 1 otrok 30 € na mesec, 2 otroka iz iste družine 50 € na mesec.

Za vse dodatne informacije me lahko kontaktirate na: 051 887 619 ali info@aurawellness.si.

PRIJAVNICA

Podatki o otroku

Ime in priimek:

Datum rojstva:

Naslov prebivališča:

Posebnosti:

Skupina (obkroži): 3 - 5 let 6 - 10 let

Podatki o staršu oz. zakonitem zastopniku

Ime in priimek:

E-mail naslov:

Telefon:

Spodaj podpisani starš/skrbnik izjavljam, da sem se v primeru bolezni otroka za obiskovanje joge za otroke posvetoval z pediatrom. Z izpolnitvijo zahtevanih osebnih in drugih podatkov ob prijavi izjavljam, da sem seznanjena in soglašam ter izrecno dovoljujem in pooblašam Aura – Družinski wellness center, da zbira in obdeluje moje in otrokove osebne podatke, ki sem jih vnesel/la v vnosni obrazec, za namene vzpostavitve kontakta oz. komunikacije pri čemer lahko Aura- Družinski wellness center uporablja različne komunikacijske kanale. Aura – družinski wellness studio pridobljene osebne podatke zbira in obdeluje v skladu z določbami zakona, ki ureja varstvo osebnih podatkov.

Dovoljujem fotografiranje otroka, katere fotografije mi staršu/skrbniku lahko pošljete in objavo na spletnih straneh izvajalca dejavnosti. DA NE

Kraj, datum: Podpis starša oz. zakonitega zastopnika: