

**PROGRAMA DE FORMACIÓ PER A
FAMÍLIES D'ESCOLES BRESSOL,
EDUCACIÓ ESPECIAL, INFANTIL,
PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA
- 2021 -**

Activitat

Taller de ioga en família

Compartirem una estona agradable que ens ajudi a sentir-nos més propers i ens faci gaudir dels beneficis de la pràctica del ioga.

La metodologia que adoptarem es basa en la consciència i el moviment corporal, el desbloqueig de la respiració i tècniques de relaxació, mitjançant el joc, els contes i dinàmiques dins la família i entre famílies.

adreçat a totes les etapes educatives

Dia i hora: divendres 5 i 12 de març, 17.30 h **(2 sessions)**

Lloc: En línia (rebreu un enllaç el dia abans de l'activitat)

Formació a càrrec de: El Taller de Ioga de Premià

Per participar cal haver-se registrat a: bit.ly/Registre-PFF

Inscripció: bit.ly/Ins-PFF

Més informació: Servei d'Educació: 93 483 26 57

Correu de contacte: PFFbadalona@gmail.com

Ajuntament de Badalona