



Les enfants ont en eux prêtes à éclore et à se développer des capacités psychiques et corporelles. A travers différentes techniques de yoga, expression corporelle, relaxation, leur vitalité peut être canalisée, leur énergie équilibrée pour un épanouissement et un développement de leur potentiel et de leur créativité.

*A Puyricard*

# **STAGE de YOGA pour enfants 3 à 8 ans**

**pendant les vacances  
le 7, 8, 9 et 10 juillet 2008  
de 10h à 12h**

(petite collation bio prévue à 11h)

Animé par Kat Eratostène, professeur de Yoga

Au programme : réveil du corps, assouplissements, découverte de l'espace, de l'autre, postures de yoga, expression corporelle, découverte des 5 sens, danse des émotions, danse du printemps, jeux sur l'imaginaire, Do In, relaxation et surtout le plaisir d'être bien dans son corps.

Lieu : centre Samadhi, 85 rue des Oliviers à Puyricard

Participation : 65 euros par enfant

Adhésion familiale annuelle : 20 euros

**Informations : 06 62 23 06 65  
ashoka.asso@wanadoo.fr**

