

YOGA et MEDITATION en famille



**Pour les enfants de 5 à 10 ans avec leurs parents,
Un moment de lien et de partage.**

Le corps en mouvement ou immobile,
L'accueil des émotions,
La conscience du souffle,
L'attention à soi et aux autres,
Des massages et des jeux à deux.

**Un samedi par mois
de 9h45 à 11h et de 14h à 15h15**

**2 septembre – 23 septembre – 14 octobre – 18 novembre –
9 décembre 2017**

**20 janvier – 10 février – 10 mars – 28 avril – 26 mai – 9 juin –
30 juin 2018**

Tarifs : 18 € la séance pour 2, et 5 € par personne de plus

Inscription : 06 02 34 02 82 ou a.stepnik@orange.fr
Aurélie Stepnik, association « Graines de présent »



Villa Pagnon
8 rue Bellevue 26100 Romans