

LO YOGA DELLA RISATA



Progetto su adesione delle famiglie che si avvale di un esperto esterno.

Lo Yoga della Risata vuole incoraggiare i bambini a giocare fisicamente e ad esprimersi in accordo con il proprio sviluppo emotivo.

Aiuta i bambini a restare focalizzati per ottenere un'ottima prestazione scolastica aumentando la scorta netta di ossigeno nel corpo e nel cervello.

Lo Yoga della Risata aiuta a sviluppare un corpo sano con una buona resistenza fisica. Gli esercizi di Yoga della Risata riducono le inibizioni e la timidezza, offrono così più fiducia in sé stessi per parlare in pubblico ed esibirsi su un palcoscenico.

Poiché il gioco è alla base dello Yoga della Risata tale disciplina favorisce il pensiero dell'emisfero cerebrale destro. Ciò significa aumento della creatività.

OBIETTIVI

- Favorire un sano sviluppo emotivo.
- Aumentare le prestazioni scolastiche.
- Costruire la resistenza fisica.
- Sviluppare l'autostima..
- Rinforzare le difese immunitarie.
- Aumentare la creatività.