

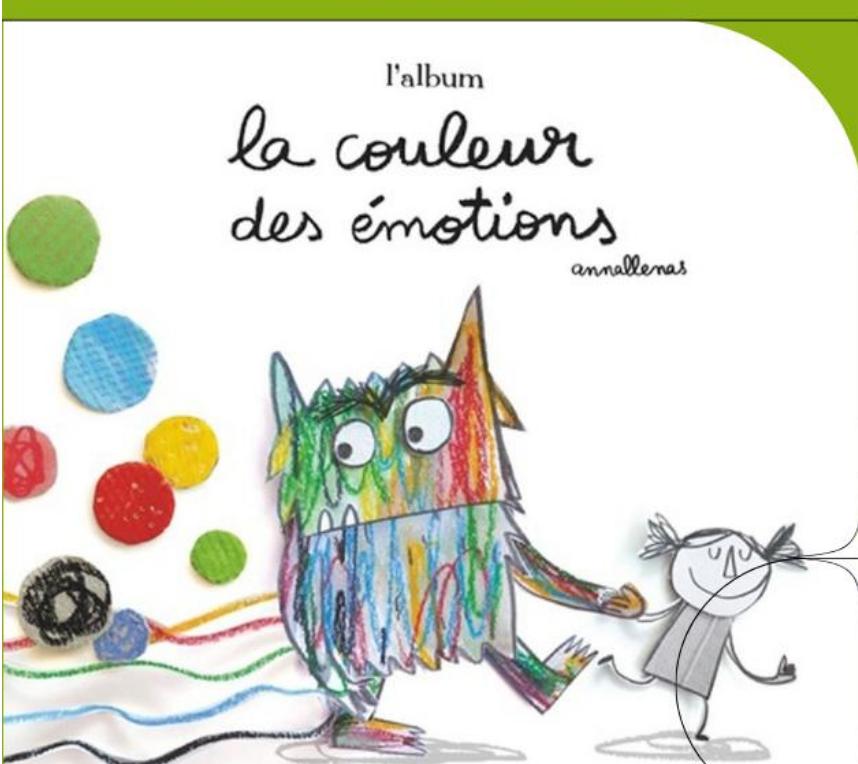
# ATELIER CONTE-YOGA LUDIQUE ADULTE/ENFANT 5-10 ans

Parent, Grand-parent,  
Envie de partager des instants de complicité avec  
l'enfant tout en prenant soin de vous ?

Postures à 2 - Travail du souffle - Danse – Mime - Jeux - Relaxation  
Tarif : 45 € par duo – Aucun prérequis yogique.

**SAMEDI 10 JANVIER à PRÉVESSIN**  
**de 9h30 à 10h45**

Inscription à [yoga.unartdesoi@gmail.com](mailto:yoga.unartdesoi@gmail.com)

<p><b>CONTE-YOGA PARENT/ENFANT</b></p> <p>l'album <i>la couleur des émotions</i> annallenas</p>  <p><a href="http://www.yogaunartdesoi.com">www.yogaunartdesoi.com</a></p>	 <p>un art  de Soi</p> <p>L'adulte et l'enfant apprennent à vivre dans leur corps, coeur et tête, tout un panel d'émotions, à prendre conscience de leurs besoins et à utiliser des outils yogiques pour s'apaiser. C'est l'histoire d'un monstre des couleurs qui se sent tout barbouillé aujourd'hui. Ses émotions sont sens dessus dessous! Il ne comprend pas ce qui lui arrive. Réussira-t-il à mettre de l'ordre dans son coeur et à retrouver l'équilibre ?</p> <p>5-10 ANS</p>
--	---