



## Clases de Yoga en familia en Moratalaz

Reserva tu plaza

Contacto 644.51.43.10

[eliteyogapilates@gmail.com](mailto:eliteyogapilates@gmail.com)

### Yoga en familia

El yoga en familia es una actividad para que mamás, papás, niños y niñas compartan tiempo de calidad y bienestar juntos, que liga fuertemente los lazos afectivos dentro del núcleo familiar, promueve la comunicación entre padres e hijos y es una oportunidad ideal para realizar una actividad diferente juntos, en un ambiente entretenido, divertido y relajado.

El ritmo acelerado de la vida afecta las relaciones y su calidad. El yoga en familia facilita espacios de calidad para compartir y crecer juntos. A través de juegos y cuentos, el niño trabaja la psicomotricidad, así como la confianza, la seguridad, el trabajo en equipo, la apertura hacia los demás; y el adulto adquiere herramientas para motivar, calmar, atender y entender mejor al niño.



<b>Cuándo:</b>	Viernes 18,15h-19h
<b>Precio:</b>	65€/mes (Adulto + 1 niñ@)*
*Adulto + 2 niñ@s: 80€/mes Clase prueba: Adulto 12€ + 1 niñ@ 5€ + 2º niñ@ 3€	