

Let's Play!



Tus Hijos Se Divertirán:

Este no será un día normal, será un día super divertido en el que tus hijos realizaran una sesión de Yoga para niños para luego realizar diversas y divertidas actividades que los mantendrán super divertidos y todo esto en la comodidad de tu hogar.

En nuestra clase de Yoga se realizan ejercicios respiratorios, físicos, posturas, relajación y meditación integrando cuerpo, mente y emociones.

Nuestras actividades están enfocadas para fomentar el trabajo, la creatividad e imaginación, el positivismo y la sana diversión, pero sobre todo la diversión en equipo, el positivismo y la sana diversión entre niños.

- * *Alegría*
- * *Confianza*
- * *Paz*
- * *Respeto*
- * *Trabajo en equipo*

Estructura:

- Sesiones de Yoga para niños de 1 hora: 15 min introducción, 30 min meditación, 15 min relajación.
- Diversas actividades para niños en donde la diversión está garantizada.
- Para Niños de 4 a 11 años.

Costo:

- \$600 pesos por sesión de dos horas.
- Materiales incluidos.
- 2 Niños máximo (Niño extra \$100.00)

Contacto vía Whatsapp: 322 190 2075

Maestra Ruth Gallardo

- * Fundadora de Happy Soul Yoga
- * Maestra certificada por el Kundalini Research Institute (KRI), Nivel 1, Kundalini para adultos.
- * Maestra certificada por el Kundalini Research Institute (KRI), en Nivel 2. Kundalini Yoga, ciclos de vida.
- * Curso 21 etapas de meditación.
- * Certificación en Lectoyoga para niños.
- * Certificación en Yoga para niños por Yoga Crecer (Chile).
- * Certificación de Kundalini Yoga para niños con metodología Waldorf.
- * Primer guía oficial de metodología Marandina (Hacer Yoga Jugando con niños).
- * 7 años de experiencia.

