Rústica con solapas. Color.
96 páginas | 17 x 24 cm
ISBN CAST: 978-84-18749-85-8

Yoga con niños

Escrito por: Pablo Alonso Cárdenas
Ilustrado por: Héctor Borlasca

Un libro ilustrado para practicar yoga con los más pequeños de la casa.

ABRIL 2023

Thema: VFMG1 (yoga como ejercicio); **YXAD** (infantil, cuestiones personales y sociales: yoga, meditación, conciencia plena)

Respiración, concentración, posturas, juego... ¡yoga!

En las páginas de este libro encontrarás juegos de concentración, equilibrio, flexibilidad y calma, cuyo propósito es crear y compartir experiencias.

Su sencilla propuesta radica en la libre experimentación de diversos ejercicios de yoga, adaptados a las necesidades de los niños, con los que disfrutar en familia de los beneficios que ofrece esta actividad.

Un libro que nos invita, a través del juego, a compartir esta milenaria disciplina con los más pequeños.

YOGA
DIVERSIÓN
MEDITACIÓN
MENTE
FAMILIA

Títulos relacionados

978-84-17272-97-5

978-84-18749-80-3