

## Mesejoga workshop mozgásfejlesztéssel

2023.02.26. 10-15 óráig

4002 Basel, Wilhelm Klein-Strasse 27

Mesejoga, mesemeditáció, jobb-bal agyféltekét összehangoló gyakorlatok, képességfejlesztés, mozgásfejlesztés, meserelaxáció



*Megálmodtunk egy Tavaszi mesét, amit eljógázunk Anna segítségével, segítünk a gyakorlatok helyes kivitelezésben, a mese végén pedig Móni meditációja lazítja majd el a gyermekeket.*

*Mindezt egy egyedi tervezésű, Anna rajzai által illusztrált füzetben haza is vihetitek, hogy minél többször el tudjátok jógázni.*

*A gyermekjoga világa egy nagy játék, miközben megvalósul a mozgásfejlesztés*



### Belépő:

**Gyerek: 50 Fr**  
**Családi I.: 75 Fr**  
(1 gyerek+1 felnőtt)  
**Családi II.: 90 Fr**  
(2 felnőtt+1 gyerek)  
**Családi III.: 105 Fr**  
(2 gyerek+1 felnőtt)  
**Hospitálás: 25 Fr**  
(pl.: nanyknak, ovónőknek)

### Ebéd:

**Gyerek: 8 Fr**  
**Gyerek+**  
**Felnőtt: 20 Fr**

*Ingyen kávé, tea,  
limonádé*



### **A workshopot vezetik:**

- ❖ **Makai Emma-** a Svájci Magyar Spirituális és Joga Központ vezetője, gyermekjoga oktató
- ❖ **Makai Mónika-** meditációs terapeuta, életviteli konzulens, masszőr
- ❖ **Kunszenti Anna-** grafikus, gyermekjoga oktató

**További információk  
tevékenységeinkről:**

[spiritualistalalkozok.hu](http://spiritualistalalkozok.hu)

077 528 20 69

