



Avda. Martín Alonso Pinzón, 16
21003 Huelva

 959 65 03 97

 959 65 03 99

 informacion.bp.hu.ccul@juntadeandalucia.es

 <http://www.bibliotecasdeandalucia.es/bphuelva>

Taller gratuito impartido por Maribel
Martin (Escuela de Yoga y Conciencia de
Huelva)

Viernes 5 de Abril, 10 de Mayo y 7 de Junio (de 18:00 a 19:30 h.)

Taller de Yoga en Familia

Con nuestro taller de YOGA aprenderemos a usar una serie de libros explicativos sobre cómo hacer Yoga en familia, para que resulte relajante y a la vez divertido practicar el yoga en casa.

Lo ideal es que mamis, papis, niños y niñas compartan esta clase y conecten bajo las directrices de la profesora Maribel Martin (Escuela de Yoga y Conciencia de Huelva)

¡Os esperamos familias!
No olvides la esterilla.

¿Quiénes pueden participar?:

- Niños y niñas acompañados de sus papas o mamas
- Plazas limitadas. Inscripción previa
- Máximo 15 parejas.

Fechas de realización:

Primeros viernes del mes

- **Viernes 5 de Abril.** Taller “Yoga para relajarse”. Libros recomendados “Buenas noches Yoga. Cuento para relajarse” y “Juguemos a hacer yoga para ir a dormir”
- **Viernes 10 de Mayo.** Taller “Yoga y las emociones”. Libro recomendado “Diario de las emociones. Pon color a tus emociones” de Anna Llenas
- **Viernes 7 de Junio.** Taller “Mindfulness, Yoga y Mandala”. Libro recomendado “Tranquilos y atentos como una rana” de Eline Snel.

Organiza: Librería Puzzle

Que organizará un stand de venta de libros sobre la materia para aquellas personas que se encuentren interesadas en su adquisición

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN TALLER YOGA EN FAMILIA

DATOS PERSONALES DEL PADRE O TUTOR

Nombre _____

Apellidos _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

Fecha y firma