

Joga dla dzieci

Gimnastyka, gimnastyka...

W Dziale dla dzieci nie ma miejsca na nudę. Nawet, kiedy na zewnątrz zaczyna się ściemniać, nasi czytelnicy nadal są aktywni, bo akurat rozpoczynają zajęcia jogi. A dużo się na nich dzieje – podczas ćwiczeń oddechowych i fizycznych wirują piórka, pomponiki i wstążki. Potem jest chwila relaksu i kolejna porcja wspaniałej zabawy... na jednej nodze i na czworakach. Wszak kondycja jest najważniejsza!