

Joga dla najmłodszych

Czas relaksu i zabawy to piękne chwile potrzebne każdemu

Nasi najmłodsi czytelnicy mają sposobność odprężyć się, ćwicząc pozycje jogi, które zazwyczaj przeplatają się z różnymi zadaniami do wykonania. Dzięki zajęciom z jogi dzieci uczą się czerpać przyjemność bycia aktywnymi.