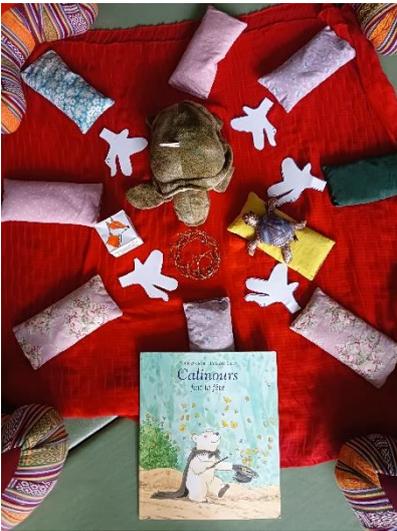


<p align="center">Bonjour,</p> <p>Petite présentation de cette nouvelle activité de</p> <p align="center">yoga ludique</p> <p>pour vos enfants sur le temps de la pause méridienne !</p>	<p align="center">Qui suis-je ?</p> 	<p align="center">Carine Avelange,</p> <p>enseignante de yoga pour adultes et enfants depuis une dizaine d'années. J'ai laissé le professorat des écoles pour me consacrer à la transmission de cet art du bien-être...</p>
 <p>Ressourçant !</p> <p>Pétillant de vie !</p> <p>Créativité et imaginaire stimulés.</p> <p>Rencontre avec soi, sans compétition</p>	<p>Notre météo intérieure en début de séance peut être tristounette selon les événements vécus dans la journée...</p> <p>Puis après la séance de yoga ludique, notre météo a très souvent changé.</p> <p>De la pluie au beau temps !</p> <p>Sensation de fatigue à une détente musculaire.</p>	 <p>S'amuser en alternant des postures dynamiques et apaisantes</p> <p>En imitant les animaux, les végétaux, les émotions...</p>
<p>Lecture et mise en scène...</p> 	<p>Des rituels,</p> <p>qui aident à se sentir bien et à souder le groupe d'enfants.</p> <p>Bienvenue à vos enfants, pour cette découverte en douceur !</p>	<p>Prise de conscience de son corps, de son souffle pour finir par un temps de relaxation.</p> 