

Tu veux...

Apprendre à être plus calme, à te détendre

Mieux gérer tes émotions

Voir le positif

Te concentrer plus facilement en classe

Découvrir comment être attentif

Viens suivre les pas du koala

Cette méthode s'appuie sur :

- La gymnastique douce (exercices issus du yoga)
- La maîtrise de la respiration (ou comment bien utiliser son souffle)
- des échanges entre enfants (création d'un climat positif dans le respect de chacun)

OÙ ? A l'école

QUAND ? Dès la rentrée

Pour les CP/CE1 :

après la cantine de 12h45 à 13h30

Pour les CE2/CM1/CM2 :

de 16h45 à 17h30

Jours concernés, inscriptions et renseignements complémentaires à la rentrée

TARIFS 120 €/an pour le 1^{er} enfant
105 €/an dès le 2^{ème} enfant

ANIME PAR

Valérie Calvar

EN SAVOIR PLUS

Tél. 06.52.22.68.01

facebook.com/sur.les.pas.du.koala



Sur les pas du koala