



Mariela, Maleh

Es Licenciada en Psicopedagogía y Profesora de Yoga y Meditación para Niños y Adultos. Creadora y directora de la Escuela de Yoga: El Yoga y Vos. Autora del libro Yoga para Niños (Ediciones Lea) y Meditación para Niños (Ediciones Lea). Creadora del Profesorado de Yoga para Niños, formación donde enseña a aplicar sus libros. Actualmente se dedica a dar clases y a la formación docente.

riverside
agency

Yoga para niños

Autor: Mariela, Maleh

Ediciones Lea

ISBN: 978-987-718-862-2 / Rústica c/solapas / 64pp | 170 x 240 cm

Precio: \$ 26.500,00

El libro Yoga para niños es una herramienta fundamental para permitir que los niños y las niñas puedan obtener todos sus beneficios, con felicidad, con calma y de la mejor manera: divirtiéndose. Las cartas constituyen un medio lúdico para poder aprender jugando en diferentes ámbitos. El libro contiene posturas tanto para hacer en solitario como para hacer de a dos, lo que constituye un gran método para entablar amistades y para crear conexiones. Cada postura indica en su nombre el valor que le brinda a la persona que la desarrolle, desde coraje hasta tranquilidad. En casa, en la escuela, en el club y en todos los lugares donde los niños y niñas se sientan ellos mismos, pueden tomarse un momento para que el Yoga les cambie la vida.

El libro Yoga para niños es una herramienta fundamental para permitir que los niños y las niñas puedan obtener todos sus beneficios, con felicidad, con calma y de la mejor manera: divirtiéndose. Las cartas constituyen un medio lúdico para poder aprender jugando en diferentes ámbitos.