



Ajuntament d'Argentona

Argentona, 11 de juny de 2012

El ioga infantil, activitat d'èxit al Centre l'Esquirol

El **Centre l'Esquirol**, espai obert ubicat al veïnat de Sant Miquel del Cros i adreçat a nens i nenes de 4 a 12 anys, ha incorporat enguany i amb molt d'èxit una activitat de ioga infantil.

Aquest **servei, obert de dilluns a divendres de 17 a 19:30 hores** i que funciona des de fa ja 18 anys, ofereix als nens i nenes múltiples activitats per tal d'estimular, potenciar l'estructuració i el desenvolupament de la personalitat, així com també treballar la socialització i l'adquisició d'aprenentatges bàsics i d'esbarjo.

Algunes de les activitats més habituals que es duen a terme són suport en els deures de l'escola, cuina, tallers manuals, jocs cooperatius, educació per la natura o educació emocional, etc, etc.

La novetat d'aquest any, el ioga, ha estat molt ben rebuda pels més petits. Impartida per la terapeuta, acupuntora i professora de ioga infantil Jirsharí Grössl, fa especial èmfasi en aconseguir que els nens descobreixin per mitjà de l'experimentació pràctica eines de relaxació i concentració per a la vida diària.

Les classes s'han enfocat des d'una perspectiva lúdica. A partir de jocs, música, contes i postures dinàmiques, els infants aprenen a conèixer quines són les seves possibilitats, a nivell corporal i mental, així com també l'entorn en el qual interactuen, adonant-se de les capacitats dels altres.