

¿Puedo ayudarte?



Rosi Hitar

Educadora infantil
y pedagoga



619.65.07.42



puzzle.cartagena@gmail.com

Mi blog:



Yoga y Mindfulness para niños y niñas



☀ Me presento

Soy Rosi Hitar, educadora infantil, pedagoga y profesora de yoga.

Mi principal finalidad en las clases es:

- Mejorar el estado de bienestar físico, mental y emocional de los peques, mediante la práctica de yoga, desde el marco teórico de la educación para la salud.



☀ Beneficios:

- Aumenta la atención, concentración y memoria.
- Disminuye los niveles de estrés y ansiedad.
- Mejora la flexibilidad y fortalece los músculos y articulaciones.
- Desarrollo de la inteligencia emocional en los peques.
- Aprender a relajarse...



☀ El yoga infantil es:

Una disciplina psicofísica, dirigida a niños de 2 a 12 años.

☀ En clase nos divertimos...

- Jugando con asanas, con cuentos, música y canciones, con creatividad, con relajación, provocaciones, pedagogía de la luz y mucho más.



☀ ¿Qué servicios ofrezco?

- Yoga y mindfulness en el aula. Etapa de Ed. Infantil y Primaria.
- Actividad extraescolar y/o talleres
- Yoga en familia.
- Promoción: una clase gratuita.



En la Escuela de Verano de **C.E.I. La Cometa** doy clases gratuitas de yoga para los peques de 2 a 12 años.

