

BIODANZA per bambini 4-7 anni



In questo percorso useremo giochi e movimenti accompagnati dalla musica adatta, per facilitare l'espressione libera di sé e per conoscere meglio il proprio corpo: sia nel movimento veloce (psicomotricità, ritmo, coraggio) che nel movimento lento (sciogliere tensioni nel collo, spalle, bacino e ascoltare le proprie emozioni). Il terzo elemento importante è il gruppo: condividere lo spazio con gli altri, inclusione di ogni partecipante, collaborazione. Cercheremo d'integrare il contatto fisico e lo sguardo nella comunicazione per creare un contenitore affettivo, che permette a ognuno di splendere a modo proprio.

MERCOLEDÌ 17.00-18.00

Per per bambini dai 4 ai 7 anni. Da ottobre a maggio