



Детская Йога | Kids Yoga | Центр СемиЗнание

САЙТ <https://semiznanie.ru/practice/kidsyoga>

ВК <https://vk.com/kidsyogasemiznanie>

Через Детскую Йогу дети развивают и раскрывают в себе:

Укрепление Здоровья / Познание своего тела / Знакомятся с энергиями / Умение проявления своих эмоций / Позитивный взгляд на мир / Умение управлять эмоциями, чувствами, энергиями / Умение слушать себя и окружающих / Развивает в себе ответственность к себе и миру / Раскрывает в себе способности и таланты / Укрепляет мышечный корсет, развивает координацию движений / Развивает гибкость тела, улучшение осанки / Раскрывается взаимодействие с людьми, как со сверстниками так и с людьми разных возрастов / Раскрывается индивидуальность / Состояние расслабленности / Умение работать со страхами / Развитие воображения, мышления, развитие творческих способностей / и многие другие качества полезные в Жизни, которые ребёнок учится применять и углублять.

Ведущие:

Андрей Шаронов <https://vk.com/dobermanzen>

Николай Дмитриев <https://vk.com/udmen>

ВОЗРАСТ ПО ГРУППАМ

от 3 до 6 лет

от 6 до 12 лет

ЕЖЕДНЕВНО

Приходить за 20 минут до занятий для переодевания.

УТРО

ГРУППА 3-6 | с 09:00-10:00

ГРУППА 6-12 | с 10:00 до 11:30

ВЕЧЕР

ГРУППА 3-6 | с 16:00-17:00

ГРУППА 6-12 | с 17:00 до 18:30

АДРЕС | г.Москва, БЦ "Красный Богатырь", ул.Краснобогатырская, д.2, стр.1 -
Центральная проходная, далее стр.72

Мы всех встречаем перед турникетом за 20 минут до начала практики

ДЛЯ ПРОПУСКА: на мобильный или вацап присылаем свои ФИО

Пропускная система, с собой берем паспорт.

КОВРИКИ БЕРИТЕ СВОИ!!!!

С СОБОЙ: лучезарное настроение, коврик, одежда для занятий, вода в непроливайках

Одноразовое посещение: 800 рублей

АБОНЕМЕНТ В ГРУППУ:

5 занятий: 3000 рублей

10 занятий: 4000 рублей

ЗАПИСЬ!!! ЗАПИСЬ!!! ЗАПИСЬ!!!

ЗВОНИТЕ, ПИШИТЕ, ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ

Центр медитации и отдыха СемиЗнание

+74997034523, +79857173103

Подтверждение записи переводим на

Карта Тинькофф 5536 9140 5046 4878 / +79857173103

Карта Сбербанка 4276 3801 4872 2155 / +79857173103

Андрей Алексеевич Ш

Чек присылаем вацап +79857173103

Пример сообщения

Название практики / ДАТА / ФИО

Коврики для йоги, тантры, фитнеса, практик, медитации и массажа в интернет магазине СемиЗнание

ЗДЕСЬ <http://shop.semiznание.ru/kovriki-yoga-sport>

Доски Садху ручной работы для практики гвоздестояние и лежания на гвоздях!

Для новичков и не только. С разным шагом гвоздей.

Здесь: <http://shop.semiznanie.ru/doski-sadhy>

Центр медитации и отдыха СемиЗнание

semiznanie.ru , semiznanie@mail.ru , +74997034523, +79857173103

Центр медитации и отдыха СемиЗнание в соц.сетях:

в ВК: <https://vk.com/semiznanie>

ПОДПИСАТЬСЯ НА РАССЫЛКУ: https://vk.com/app5898182_-48949268#s=141691

Наши каналы в месенджерах:

в whatsapp: <https://chat.whatsapp.com/DkCFDmKVFmH7CGEW1tUXca>

в telegram: t.me/semiznanie

В этих каналах мы напоминаем о наших практиках, медитациях, семинарах, сатсангах и.т.д.

Новости и Анонсы Центра медитации и отдыха СемиЗнание.

Размещают сообщения только Админы, без болтовни и левого спама.

Когда люди выходят из наших каналов, мы без обид и без плевков в спину, вышел, так вышел.

Наш СемиЗнание Интернет-Магазин- товары для духовного и физического здоровья:

<http://shop.semiznanie.ru>