

簡介

我們的思想是我們身體狀況的產物。如果我們想要在兒童的生活中培養更積極的態度、自我控制和平衡，那麼適合10歲以下的兒童瑜伽有一種獨特的方式，提供簡單、有趣和有效的方法。請帶上自己的瑜伽墊，穿上適合緩和運動的衣服！

打造幸福課堂 靜心系列課程

主題二

課室內的兒童瑜珈

2019.04.19 FRI. 13:30-17:00
輔仁大學文開樓七樓LE703教室

課程 流程

- 13:30—14:00 兒童瑜珈的簡介
- 14:00—16:30 課室內的兒童瑜珈實作練習
- 16:30—17:00 交流分享

報名時間：2019.03.18 MON.—2019.04.14 SUN.

報名人數：20人

報名方式：<https://goo.gl/xX73BQ>

(全國教師在職進修網課程代碼：2587596)

研習時數：全程參與者，採認3.5小時教師在職進修時數

報名QR CODE



報名 資訊

► **注意事項** 請自備瑜珈墊，並穿著運動服。



指導單位：教育部
承辦單位：輔仁大學師資培育中心
協辦單位：覺愛瑜珈村

f 活動詳情請搜尋
"教師在職進修：輔大師培中心"

