

## Йога за деца – хармония, здраве, грижа за утре

Написано от Митко Ружинов  
Неделя, 18 Януари 2015 00:00

---



Йога в превод означава – свързване, единение. Веднага във всеки запознаващ се с тази система изниква въпросът „С какво“. Връщайки се към естествения си начин на живот постепенно разбираме, че той е същия какъвто децата го виждат и разбират.

Няма нищо по-естествено от възприемането на Живота през техните очи и йога за деца е прекрасен начин да им помогнем да го развият и запазят и занапред.

Специализирана група „Йога за деца“ съчетава в себе си интересни за децата методи и средства превръщат заниманията в голяма интересна игра, създаваща в децата предпоставка за хармонизиране миогледа и възприемането им на света.

Специализираната Йога за деца е прекрасен метод за развиването им във физически и емоционален аспект.

"Малките деца не се боят да изразяват чувствата си. Те са толкова любящи, че ако срещнат любов, разтапят се в нея. Изобщо не се боят да обичат. Това е описанието на нормално човешко същество. Като деца ние не се боим от бъдещето, нито се срамуваме от миналото. Нормалната ни човешка наклонност е да се радваме на живота, да играем, да изследваме, да бъдем щастливи и да обичаме."