



ARTE E YOGA PER GENITORI E BAMBINI

Doppio Tempo è un percorso innovativo che permette a genitori e bambini (3-11 anni) di vivere contemporaneamente attività di benessere in spazi dedicati, con professionisti qualificati per ogni fascia d'età.

COME FUNZIONA

Due percorsi paralleli:

- **GENITORI:** sessioni di yoga o arte-terapia con istruttori specializzati
- **BAMBINI;** laboratori creativi e movimento consapevole con educatori esperti

Mentre tu ti dedichi al tuo benessere psico-fisico, tuo figlio vive la stessa esperienza di crescita in uno spazio vicino, seguito da professionisti dedicati.

LE ATTIVITÀ

YOGA Scoperta del movimento libero e del respiro consapevole, adattato alle diverse età. Un momento per ritrovare equilibrio e serenità.
Conduce **Chiara Reschini**

ARTE Laboratori espressivi con materiali e tecniche artistiche che stimolano creatività, autostima e relazioni attraverso il gioco e la scoperta.
Conduce **Fernanda Lombardi**



PRENOTA LA TUA LEZIONE!

Iscrizione obbligatoria Whatsapp: 348 746 9813 Letizia



ogni venerdì:

8 · 15 · 22 · 29 maggio

5 · 12 · 19 · 26 giugno

ore 16:45–17:45 (3–6 anni)

ore 17:45–18:45 (7–11 anni)



Casa delle Stagioni
P.zza Tarantelli, 11
Pogliano Milanese



Comune di Pogliano Milanese



**Promosso
dall'Assessorato alle
Politiche Sociali**