



# DANCE WITH YOGA

2-3 anni

Attraverso esercizi dinamici di movimento e scoperta del proprio corpo nello spazio, i bambini esplorano il proprio corpo danzante in un contesto ludico e divertente. Una prima parte di lezione verrà dedicata alla danza, all'ascolto della musica e all'incontro armonico dell'altro. Nella parte finale della lezione vengono trasmesse, sempre tramite il gioco alcune Asana (posizioni nello Yoga) con l'obiettivo di rilassare il corpo e introdurlo ai fondamenti dello Yoga. Le asana verranno riprese di volta in volta all'interno del percorso e si trasformeranno da posizioni statiche a coreografie danzanti.

**via Bisleri**

**Giovedì dalle 16:30 alle 17:15**

**15 lezioni costo di € 285**

**Lezione di prova: 16 ottobre 2025**

**[dimensionegioco@lagiocomotiva.it](mailto:dimensionegioco@lagiocomotiva.it)**

**A cura di:**

**Caterina Basso** coreografa e danzatrice contemporanea. Pratica l'insegnamento della danza in scuole e Accademie in Francia e in Italia, è diplomata al corso di alta formazione "Danzeducator" presso il Centro Mousiké di Bologna. Collabora stabilmente con il Centro Coreografico Nazionale di Nantes, Triennale Milano e con Mare Culturale Urbano.

Via Felice Bisleri, 19, Milano - 02/89500893 - [dimensionegioco@lagiocomotiva.it](mailto:dimensionegioco@lagiocomotiva.it)  
lagiocomotiva.it   