



Krakkajóga

Nú í vetur ætlar okkar **frábæra foreldrafélag** að bjóða nemendum skólans upp á **krakka-jóga** þar sem við fáum faglega kennslu frá Gerði Ósk Hjaltadóttur jógakennara frá Akureyri.

Alls er um 10 skipti að ræða 30 mínútur í senn og verða tveir hópar þ.e. leikskólastig og grunnskólastig. Jóga verður á þessum tíma og dagsetningum:

Jóga 2017		Leikskólastig	Grunnskólastig
Mánudagur	30. janúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	1.febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Mánudagur	6. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	8. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Mánudagur	13. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	15. febrúar	Jógafrí	Jógafrí
Mánudagur	20. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	22. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Mánudagur	27. febrúar	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	1. mars	Jógafrí	Jógafrí
Mánudagur	6. mars	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10
Miðvikudagur	8. mars	Kl. 9 - 9:30	Kl. 9:30-10

Krakkajóga

Hæ hæ ég heiti Gerður Ósk og er leikskólakennari, krakkajógakennari og danskennari. Ég er að fara að hitta börnin ykkar í 10 skipti og gera með þeim jóga. Í þessum tímum erum við að læra jógastöður í gegnum leik, lærum að finna muninn á spennu og slökun, lærum að fara inn á við og greina hvernig okkur líður. Gerum einfaldar og skemmtilegar hugleiðslur/núvitund.

Hlakka til að kynnast börnunum ykkar.

Kv.Gerður Ósk