

2015/10/22

AIZTONDO
Zerbitzuen Mankomunitatea

ZUMBA



HAURENTZAKO YOGA

EGUNA : ASTEARTETAN 16:20-17:20

Informazioerako: 943693930 (Itzaso)

Yoga hitzaren esanahia lotura da. Norberak bere buruarekin duen lotura (umeak bere burua ezagutzen ikasten du lehendabizi), eta besteekin sortzen duena ondoren (bere ingurunearekin harreman izaten eta komunikatzen ikasten du). Horrexegatik, umearen garapen fisiko-psiko-emozionala sustatzen da, hau da; gorputza, garuna eta emozioak lotzen dituen lan bat proposatzen du.

MAIA OUBATU

Lana taldean egingo da, testuinguru crackargari eta polit batean, non umeak gustura sentiaraztea den helburu nagusietako bat. Umeak Yogara gerturatuko dituzten joku deliberagarriak proposatuko dira egun bakoitzean. Horretaz gain eta beste helburu nagusien artean; arnasaketa sentitzea, lasatasuna eta isiltasuna zer diren sentitzea, euren gorputzaren oinarria sentitzea, euren atentzioaren nondik norakoaz ohartzea... landuko dira, beste gauzen artean. Yoga ariketa ez da soilik entrenamendu saio bat izango, haratago dioan lana izango da.

MAIA OUBATU

8 umerentzako lekua proposatzen da
5-9 urte bitartekoak. Tailerraren iraupena, Azarotik Ekainera (2015-16) izango da
Hainbostean behin egingo da ordubeteko saioa ASTEARTETAN
Ordua: 16,20-17,20. Prezioa: 10 euro ume bakoitza hilabetea.



YOGAREN ONURAK:

- Gihar motorren garapena eta lanketa.
- Bizkar hezuraren posizio egokia zein den jakitea.
- Arnasten ikaslea.
- Erlaxatzen ikaslea.
- Bere buruarekiko segurtasuna hobetzea.
- Atentzioa eta kontzentrazioa hobetzea.
- Kreatibitatearen eta norberaren talentuaren garapena.
- Besteekin modu egokian harremanetarako gaitasunak garatzea.



ADUNA

IRAKASLEA : LEIRE

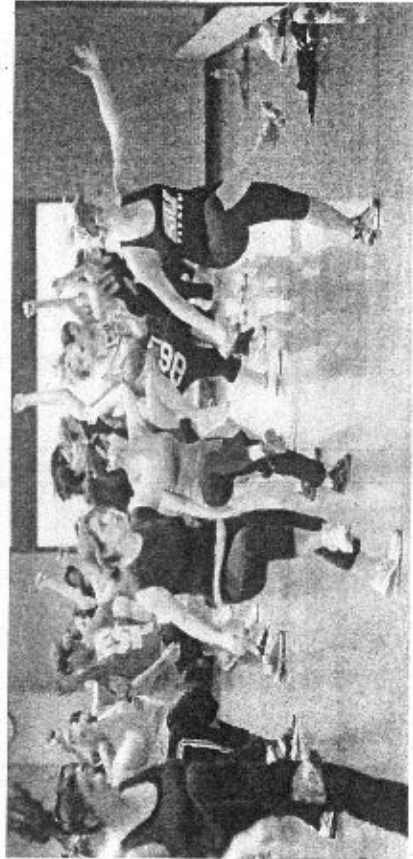
EGUNA : ASTELEHEN

ORDUA: 16:30-17:30

Partaideen kopuruaren arabera
sortu daiteke beste ordua:
17:30-18:30

HASI : AZAROAK 2, astelehena

**Izena emateko epea: urriak 28 tf.:
943693930**





ADUNAKO UDALA
(GIPUZKOA)

Herriko plaza 1 – 20150 Aduna

Tel: 943692571 Fax: 943690262

E-mail: udala@aduna.eus Web: www.aduna.eus

2015-16 IKASTURTEKO GOIZ TXOKOA

Jakingo duzuen bezala abian da jada 2015-2016 ikasturterako goiz txokoa. Urrian hasiera eman zitzaion eta goizeko 8.00etatik 9.00etara dago irekita ekainera arte.

Haur guztien erabilpenerako zabalik dago eta noiz behinkako erabilera egin nahi izanez gero 3,50€ko kostua izango du. Erabili nahi duenak 8atik aurrera haurra eramaten denean bere datuak eman beharko ditu. Aurrerago, arduraduna berarekin kontaktuan jarriko da arduraduna kobraketa egiteko.

Zerbitzuak urritik ekainera funtzionatuko du, beraz, edozein momentutan apuntatu zaitezkeite modu iraunkorrean ere.

Aurreko oharrean esan bezala, herriko pertsona bat da bertako zainzailea.

Interesaturik bazaudete edo zalantzarik baduzue deitu eta argituko dizkizugu. Telefonoz 615 70 14 46 (Arkaitz) zenbakian deitu edo e-posta bidez: iarkaitz@hotmail.com helbide elektronikoan.

KULTUR ASTEKO BILERA

Dagoeneko Kultura Batzordearen hiru bilera egin dira. Jende gutxi dabil kultur astea antolatzeko. Ari gara prestatzen baina herritar gehiagoren parte hartzea beharrezkoa litzateke. Hurrengo bilera:

Eguna: Urriak 27, asteartea

Ordua: 18:00

Tokia: Kultur Aretoa