

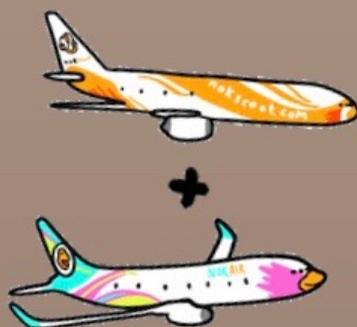
***vi manca un po' la  
psicomotricità che  
facevamo a scuola ?  
Provate a fare queste  
divertenti posizioni  
con la mamma o il  
papà ...BUON  
DIVERTIMENTO !***



**Eseguire la posizione della "sirenetta" fa sì che la tua schiena si rafforzi ...i vostri bambini insieme a voi possono eseguire la posizione del "sasso" per un po' di sano stretching .**



# TENETEVI FORTE SI VOLAAA...posizione dell'aereo



**Preparati per la tua  
"MISSION  
IMPOSSIBLE "  
Con un gomitolo di  
lana ...scavalca i fili e  
stai attento a non  
rimanere intrappolato!**



***Per continuare ad allungare i vostri muscoli e a far divertire i vostri bimbi potete fare la posizione dell'angelo***



**3...2...1...GO!**  
***Posizione del***  
***missile.***



# ***Ultima***

***posizione...ORSO!  
Oltre ad allungare i  
muscoli delle gambe,  
delle braccia e della  
schiena ...distende i  
muscoli delle spalle .***



