




(3.4학년 키즈요가) 동아리 활동일지

활동일	2019.5.10	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><첫만남> 오리엔테이션, 자기 소개, 동아리 활동에 대한 기대감 나누기</p>					

활동일	2019.5.24	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><명상> 요가의 이해와 주의사항, 호흡, 명상, 전굴 자세</p>					

활동일	2019.6.7	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><복근 운동> 똥단배 자세를 통한 힘 기르기</p>					

활동일	2019.6.14	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><척추운동 > 고양이 자세를 통한 척추 유연성 강화</p>					

활동일	2019.6.21	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><균형잡기> 활 자세를 통한 균형감각 기르기</p>					

활동일	2019.6.28	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><골반 교정> 나비 자세를 통한 골반교정</p>					

활동일	2019.7.5	활동장소	교육복지실	참여학생	19명
주요활동 내용			활동 사진		
<p><상하체 운동> 쟁기 자세를 통한 상체 유연성 강화</p>					