

Jóga pro děti 1. a 2. stupeň ZŠ na Výsluní

Jógování pro děti. Učíme se základní jógové pozice, správné držení těla, zlepšení koordinace a rovnováhy, učíme se správně a vědomě dýchat, zlepšujeme soustředění a vnímání našeho těla, výborný doplněk ke všem sportům, relaxujeme, povídáme si a hrajeme si 😊

S sebou: jógovou podložku nebo podložku na cvičení a pohodlné oblečení legíny tepláky ...

Lektor: Pavla Synková lektor jógy pro děti a dospělé

Kurz pro děti 1. stupeň **13:30-14:30** (relaxační místnost školy)

Kurz pro děti 2. stupeň **14:35-15:35** (relaxační místnost školy)

Kurz 1. pololetí každé pondělí od **14. 9. 2020 – 25.1.2021 CENA: 2250,-/18lekcí**

Platba kurzu na čú: **219279085/0600** VS: tel. číslo zákonného zástupce, do zprávy pro příjemce jméno a příjmení dítěte a kurz PODJ1 nebo PODJ2. Závazné přihlášky prosím posílejte na pavla.synkova@gmail.com v případě dotazů mne můžete kontaktovat i na tel:**724486872**



