



DĚTSKÁ JÓGA V ROZDROJOVICÍCH

Pojďme se společně protáhnout a vnímat naše tělo co umí a co dokáže.

Kdy : nejspíše ve středu

Kde : tělocvična ZŠ Rozdrojovice

Lekce jógy pro děti 5- 8 let

Náplní je poznávání základních jógových pozic hravou formou pomocí her a příběhů doplněné o léčivé hudební nástroje se zaměřením na individuální potřeby dítěte. Lekce trvá 60 minut a první hodina je ukázková, zkušební a zdarma. Cena bude stanovena na pololetí. Předpokládaný začátek je v říjnu a předpokládaný den je středa. Termíny budou dle zájmu dětí upřesněny.

Lekce jógy pro děti 8-12 let

Náplní je seznamování s jógou a práce s dechem při jednoduchých jógových sestavách zaměřených na individuální potřeby dětí.

Lekce trvá 60 minut a první hodina je ukázková a zdarma. Cena bude stanovena za pololetí.

Předpokládaný začátek je v říjnu a předpokládaný den je středa. Termíny budou dle zájmu dětí upřesněny.

Pokud máte zájem, tak mne prosím kontaktujte.

Děkuji

Klára Veselá 777061833 info@klaravesela.cz