



DĚTSKÁ JÓGA V ROZDROJOVICÍCH

**1.pololetí 2020/21
1. lekce ve středu 23.9. v 15:00**

Pojďme se společně protáhnout v jógových ásánách a vnímat tělo co umí a dokáže.

Kdy : každou středu, září - leden od 15:00 do 16:00

Kde : tělocvična ZŠ Rozdrojovice

S sebou: pohodlné oblečení a karimatku

Kolik: cena za 2. pololetí, celkem 16. lekcí je 1200,-

Lekce jógy pro děti 7- 12 let

Náplní je seznamování s jógou a cvičení ásán - jógových pozic, podpořené dechem a správným držením těla při jednoduchých jógových sestavách zaměřených na individuální potřeby dětí.

**Pro nové zájemce přihlášky k vyzvednutí ve školní družině.
K platbě č.ú. 27-9624770207/0100**

Pokud máte zájem, tak mne prosím kontaktujte a a nové děti si mohou vyzkoušet 1. lekci zdarma.