

JÓGA PRO ŽÁKY 2. stupně ZŠ – 2025/2026

Všechny úrovně pokročilosti.

Dětem nabízím dynamické protažení, posílení, uvolnění a závěrečnou relaxaci, které vedou ke zlepšení soustředění, zklidnění, zvýšení sebedůvěry, rozvoji tvořivosti, propojení pravé a levé mozkové hemisféry atd. S sebou – sportovní oblečení, podložku na jógu.

Kdy: pátek 16.00–17.00 hod.

Kde: tělocvična ZŠ Počaply

První lekce: 19.9.2025

Cena kurzu: 2 200,- Kč za 1. pololetí

Kapacita: 16 dětí



Přihlášky: Monika Slabá
774 177 583
monika.sla@seznam.cz

Více info: astangamoni.cz