

JÓGA pro žáky i rodiče (2.stupeň ZŠ) - 2026

Dětem i rodičům nabízím dynamické protažení, posílení, uvolnění a závěrečnou relaxaci, které vedou ke zlepšení soustředění, zklidnění, zvýšení sebedůvěry, k 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: 4.9.2026

Cena kurzu: 1 950,- Kč za 1. pololetí

Kapacita: 16 osob



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

Monika Slabá
www.astangamoni.cz