

Jóga pro děti



Kdy: Pondělí - děti z 1. až 3. třídy
(začínáme 1.10. 2018 v 15.00)
Úterý - děti ze 4. až 6. třídy
(začínáme 2.10.2018 v 15.00)

Kde: Waldorfská základní škola - sraz v 15.00 u šaten

Cena: Cena za 10 lekcí je 500,- Kč.

Lekce povedou dvě certifikované lektorky:
Eva Benešová (tel: 608 97 87 60) a Miroslava Semecká

Jóga - rozvíjí ohebnost - koordinaci pohybu

- zlepšuje držení těla

- posiluje a harmonizuje tělo

- součástí jsou dechová cvičení a relaxace, které vedou k celkovému uvolnění

Přihláška na lekce jógy

Jméno a příjmení dítěte.....

Třída.....

Doplňující informace (např. o zdravotním stavu).....

.....

.....

Jméno a příjmení zákonného zástupce.....

E-mail.....

Telefon.....

Podpis zákonného zástupce.....

Cena za 10 lekcí je 500,- Kč.

Platbu můžete provést hotově přímo na místě.

Souhlasím se zpracováním osobních údajů podle GDPR.

Co s sebou na lekci: karimatku nebo jogamatku
 malou deku na přikrytí
 pohodlné oblečení
 láhev s vodou
 dobrou náladu :-)

V případě dotazů kontaktujte:

Eva Benešová - tel: 608 97 87 60, e-mail: evca@jisam.cz