



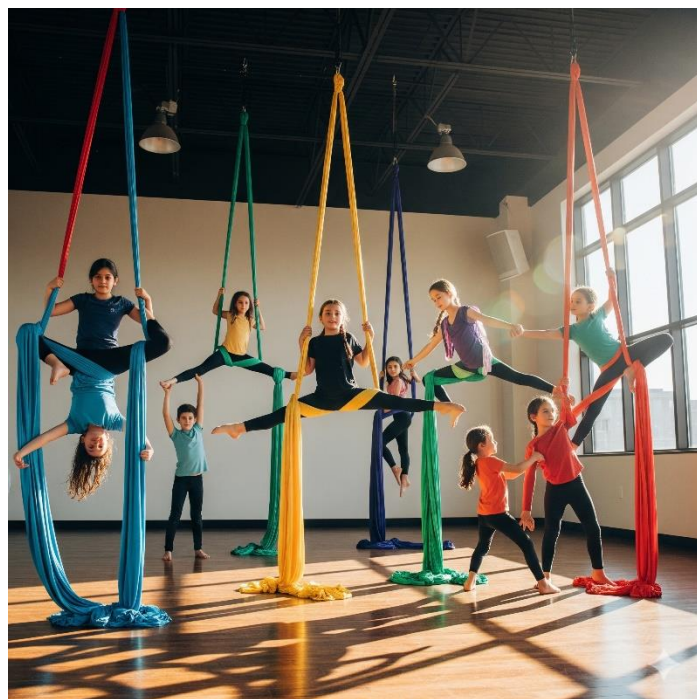
# KURZ JÓGY A LEHKÉ AKROBACIE V ŠÁLÁCH pro děti od 6-12 let

**KDE:** Komunitní centrum Běleč

**KDY:** Každý čtvrtek od 17:00 -18:00 hod.

**CENA:** 1. pololetí 3000,- (15lekci)

2. pololetí 3000,- (15lekci)



- Jóga v šálách pro děti je sport, který kombinuje prvky tance, akrobacie a jógy na speciálních závěsných šálách
- díky šálám se posiluje celé tělo a zlepšuje se flexibilita
- cvičení v šálách podporuje správný vývoj svalů a kloubů
- jóga v šálách přináší radost z pohybu ve vzduchu

Naučíme se jógové a poté i akrobatické prvky, budeme létat, cvičit krátké sestavy a také relaxovat

Pro více info a přihlášení mne neváhejte kontaktovat:

Lucie Mandová

Lektorka jógy a trenér dětí a mládeže

Tel: 723370302

e-mail: [mandova.lucie@seznam.cz](mailto:mandova.lucie@seznam.cz)

[www.lumaste.cz](http://www.lumaste.cz)



**PŘIHLÁŠENÍ MOŽNÉ DO KONCE ZÁŘÍ 2025**

