

JÓGA

Kurz tradiční jógy pro dospělé, zaměřený na protažení těla a zklidnění mysli. Prostřednictvím pomalého cvičení zároveň prohlubujeme svoji schopnost soustředění, správného dýchání a držení těla.

KDY

začátečníci a senioři úterý od 7:30 do 9:00 (od 9. září do 16. prosince 2014)
pokročilí středa od 7:30 do 9:00 (od 10. září do 17. prosince 2014)
mírně pokročilí čtvrtek od 12:30 do 14:00 (od 11. září do 18. prosince 2014)

UČITEL

Mgr. Veronika Šulcová (licence B)

KURZOVNÉ

úterý a středa 1260 Kč
(14 lekcí, 28.10. státní svátek a 29.10. podzimní
prázdniny hodiny nejsou)
čtvrtek 1350 Kč (15 lekcí)

PŘIHLÁŠKY A INFORMACE

777 669 840, veronika.sulc@seznam.cz

Maximální počet účastníků kurzu je 8 osob. Náhrady zameškaných hodin jsou možné v ostatních skupinách. Do kurzu je třeba přihlásit se předem. Nástup v průběhu roku je možný pouze v případě volných míst. Cvičení probíhá v herně Domečku a hlídání dětí není možné.

DOMEČEK 
klub pro rodiče a děti

Klub pro rodiče a děti –
Domeček je přátelské
místo pro celou rodinu.
Slouží k setkávání
a aktivnímu trávení
volného času rodičů
s dětmi.

Nabízíme výtvarné,
vzdělávací a sportovní
aktivity. Pokud si
z programu nevyberete,
můžete si jen hrát
v prostorné a bezpečně
vybavené herně.

Najdete nás v budově
lánské sokolovny na adrese
Masarykovo náměstí 217,
270 61 Lány.

www.naselany.cz