

JÓGA pro DĚTI od 2,5 do 6 let



Přijte si zacvičit, protáhnout tělíka a naučit se něco nového!
Zveme vás na cvičení s prvky jógy pro děti, které bude probíhat od září každé
úterý od 15.15 do 16hod. pro maminky s dětmi 2,5 - 4 roky
a úterý od 16.15 do 17hod. pro děti 4 - 6 let bez rodičů

v MC Sedmikráska na Oblé 51.

V případě zájmu je možné otevřít i kurz od 17 do 17:45 hod.

S dětmi cvičíme hravou formou, povídáme si pohádky, zpíváme písničky, hrajeme si na zvířátka, rostliny, stromy... Hodinu vždy společně budeme schopnostem dětí a jejich věku. Cvičí se spíše dynamicky, bez dlouhých výdrží a hlavně tak, aby byla jóga zábavou a hrou.

Cena: 995,- Kč / pololetí

Lektorka kurzu, Irma Macháčková, se prací s dětmi dlouhodobě zabývá. Je akreditovanou lektorkou cvičení rodičů s dětmi od 2 let a absolvovala semináře cvičení jógy s dětmi u nejznámější propagátorky dětské jógy v Česku, Hanky Luhanové. Sama aktivně cvičí jógu.

Více informací a přihlášky najdete na adrese
joga-s-detmi.webnode.cz, mcsedmikraskabrno.cz,
v MC Sedmikráska na Oblé 51 nebo na tel. čísle 773 907 909.