

DŮM SPORTU ČASPV BRNO

Vás srdečně zve na seminář

KRANIOSAKRÁLNÍ JÓGA STOP ZAŽITÝM STEREOTYPŮM

Termín: **sobota 17. října 2020**

Místo: **TJ Sokol Tyrš Brno**

Francouzská 87, 602 00 Brno

Lektorka: **Radka Mothejzíková**, Diplomovaná cvičitelka Sportu pro všechny
instruktorka zdravotní TV II. třídy, lektorka Kraniosakrální jógy

Prezence: **8.30 hodin**

Zahájení: **9.00 hodin**

Ukončení: **12.00 hodin**

Program

Máte dýchací potíže, astma, alergie nebo autoimunitní onemocnění? Potřebujete posílit imunitu a vitalitu organismu a podpořit samoléčící procesy těla?

Pokud jste si odpověděli ano alespoň na jednu otázku, přijďte si zacvičit Kraniosakrální jógu.

Nabízíme Vám cvičení, jehož cílem je navodit pohodovou atmosféru a zároveň intenzivně pracovat na porušení zaběhnutých stereotypů.

Hledání nových dimenzí pohybu s opravdovým pochopením vlastního těla a mysli.

Zdravotní cvičení, které Vás bude bavit.

Přihlášky: do 11. října 2020
na e-mail: dumsportu@caspv.cz
telefonicky: 777 700 490

Účastnický poplatek: **člen ČASPV 270,-Kč | ostatní 350,-Kč**
Platba předem na účet: 7217700237/0100
VS 100120 (do zprávy pro příjemce uveďte své jméno)

Platba hotově: kancelář Dům sportu Brno, Merhautova 46

S sebou: **Pohodlný oděv, obuv na cvičení a podložku na cvičení**

Eva Holoubková

vedoucí Domu sportu Brno

www.dumportubrno.cz