

Zdravý pohyb – Tišnov

Projekt **LOKOMOCÉ** Vás zve na praktický workshop pro učitele základních i mateřských škol, sportovní trenéry a laickou veřejnost. Kurz vedený trenérem **Mgr. Janem Větrovským** bude zaměřen především na podporu správných pohybových stereotypů.

Obsah:

Teoretická část – správné držení těla

Praktická část – rozvoj funkční síly a koordinace, nácvik správného dýchání

Kdy: 1.10.2016, 10:00 – 13:00

Kde: ZŠ Smíškova, Smíškova 840, 666 01 Tišnov

Cena: 200,-(pro studenty zdarma, v ceně CD)

S sebou cvičební úbor a sportovní obuv, případně podložku na cvičení či ručník.

Kapacita účastníků je omezena, registrace prosím provádějte na e-mailu lokomoce@outlook.cz

Těšíme se na Vaši účast.

