**Jóguj – hraj si - relaxuj**

**23. – 24.2. 2019** 10 – 16h

dvoudenní seminář pro všechny dospělé, kteří chtějí jógu přiblížit dětem…

Čím bys chtěl být…? Zeptá se dospělý.

A dítě odpoví… A dítě ví.

Naučme se vědět i my.

Vplujme do světa fantazie, lehkosti, her na jako a co kdyby… A nechme si to své MUSÍM – NECHCI – na POTOM. Děti jsou TEĎ a v tom je celý jejich svět.

Do toho světa patří máma a táta a všichni další a taky jóga.

Protože JÓGA tady byla a je. Je TEĎ. Jen my ji potřebujeme nazývat a složitě ji zkoumat.

Zkusme to s dětmi a nabídněme jim kromě hry také řád… Kromě zábavy také poznání. A s jógou hlavně sebepoznání. Učme se od dětí, ale zůstaňme zkušenými dospěláky a přibližme dětem jógu vesele – hravě – jinak.

Na semináři se naučíte vytvořit atraktivní lekci pro děti, proplujete zásobníkem jógových her i pozic, naučíte se tvořit příběhy a pracovat s jednoduchými pomůckami, prostoupíte do hloubky jógového učení a získáte tip, jak ho s lehkostí předat dětem.

**Cena:** 2290 Kč  
**Lektorka:** Iveta Komárová

**Místo konání:**Studio jógy Duhové zvonky, Klášterní 54, Pardubice

**Přihlášky a rezervace míst:**Iveta Komárová, tel: 605 743 923, e-mail: [iveta@duhovezvonky.cz](mailto:iveta@duhovezvonky.cz)  
[www.duhovezvonky.cz](http://www.duhovezvonky.cz)