



ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ

Tyršův dům, Újezd 450/40, 118 01 Praha 1 – Malá Strana

Ústřední škola České obce sokolské pořádá
ve spolupráci s komisí jógy Odboru všestrannosti ČOS školení

CVIČITEL JÓGY III. TŘÍDY

Číslo akce: 15-006

Termín: 30. 1. – 1. 2. 1. konzultace (prezence 17:15-17:45)
20. 2. – 22. 2. 2. konzultace
7. 3. – 8. 3. 3. konzultace + zkoušky

Místo: Tyršův dům, Újezd 450, Praha 1 – Malá Strana

Poplatek: člen ČOS 1550 Kč (při platbě na účet 1500 Kč)
veřejnost 3050 Kč (při platbě na účet 3000 Kč)

Přihlášky: Přihlášku vyplňte **do 14. 1. 20145** na adrese <http://goo.gl/forms/o3OnnvWG57>
Všem přihlášeným účastníkům potvrdíme přijetí přihlášky.

Podrobnější informace o akci spolu s informacemi o platbě (číslo účtu a variabilní symbol) Vám budou zaslány na e-mail uvedený při registraci nejpozději **dva týdny před konáním akce**.

Program: Školení cvičitele jógy III. třídy v rozsahu 50 hodin opravňuje k samostatnému vedení cvičebních jednotek jógy v rámci sokolských tělocvičných jednot. Hlavní náplní budou průpravná a polodynamická cvičení a ásany, dále se seznámíte i s filozofií jógového učení a teoretickými aspekty činnosti cvičitele. Pro přihlášení není podmínkou absolvování základní části školení, protože obsahuje také předměty ze základní části.

Časový harmonogram 1. konzultace:

Prezence: pátek 30. 1. 17:15 – 17:50
Výuka: pátek 30. 1. 18:00 – 21:30
sobota 31. 1. 8:00 – 19:00
neděle 1. 2. 8:00 – 14:00

Každý účastník obdrží během první konzultace studijní materiály k samostudiu a další informace.

Ubytování a strava není zahrnuta v účastnickém poplatku, v přihlášce je možné doplňkově objednat ubytování v Hostelu Sokol a stravu.

Kontakt: Mgr. Milan Hybner, e-mail: mhybner@sokol.eu, tel.: 257 007 228,

Mgr. Martin Chlumský, DiS.
ředitel ÚŠ ČOS

RNDr. Leonard Jagelka
vedoucí komise jógy

Mgr. Milan Hybner
metodik ÚŠ ČOS