



ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ

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

Ústřední škola ve spolupráci s komisí jógy ČOS pro velký úspěch opakuje školení

CVIČITEL JÓGY III. TŘÍDY

Termíny 17.–19. dubna, 15.–17. května a 20.–21. června 2015

Místo Praha, Tyršův dům, Újezd 450, Praha 1

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

Školení je určeno všem zájemcům o vedení cvičebních jednotek jógy v tělocvičných jednotkách. Školení cvičitele III. třídy v rozsahu 50 hodin opravňuje k samostatnému vedení cvičebních jednotek v rámci tělocvičných jednot. Hlavní náplní budou průpravná cvičení, ásany, dechové a koncentrační techniky. Dále se seznámíte se základy jógové filozofie, tradičními i moderními přístupy k józe a obecnými aspekty činnosti cvičitele včetně zvláštností práce se staršími, mladšími a zdravotně oslabeným cvičenci.

Číslo akce 15-039

Přihlášky Nejpozději do 1. dubna 2015 na
<http://novy.sokol.eu/akce/cvicitel-jogy-iii-tridy-opakovani>

Kontakt Milan Hybner, mhybner@sokol.eu, 257 007 228

Mgr. Martin Chlumský, DiS.
ředitel ÚŠ ČOS

RNDr. Leonard Jagelka
vedoucí komise jógy

Mgr. Milan Hybner
metodik ÚŠ ČOS