

# Żywiłowe Popołudnia w EC1

kategoria:

**Sport**

**Dla dzieci**

**EC1 - Łódź Miasto Kultury (90-022 Łódź, ul. Targowa 1/3)**

**20.10.2022**

**godz. 16:15 - 18:00**

**Joga dla dzieci to dobry start na nadchodzące miesiące nauki. Poprzez zabawę uczestnicy poznają pozycje jogi, wyrobią w sobie i ugruntują nowe nawyki, nauczą się korzystać z własnych narzędzi wyciszających, jakimi są oddech i własna wyobraźnia. Cały cykl zajęć poprowadzi wyspecjalizowana w treningach uważności trenerka jogi dla dzieci, prywatnie szczęśliwa mama dwójki pociech - Justyna Baszczyk.**



Warsztaty odbywają się: Pierwsze zajęcia: 13.10.2022 r. (następnie 20.10, 27.10, 3.11, 10.11, 17.11, 24.11, 8.12)

W czwartki w godzinach 16:15-17:00 dla początkujących

W czwartki w godzinach 17:15-18:00 dla kontynuujących warsztaty z jogi (to będzie druga edycja)

Zajęcia przeznaczone dla: dzieci w wieku 5-10 lat

Limit miejsc: 10 osób (warsztaty wystartują, jeśli zapisze się min. 5 osób)

Cena warsztatów: Cykl 8 zajęć w cenie 240 zł