

Nové cvičení jógy od ledna 2017

Hledáme zájemce o pravidelné cvičení jógy. Budeme cvičit jógu (speciálně upravenou pro potřeby pacientů s RS) vycházející z iyengar jógy.

Kdy: od středy 4.ledna, vždy od 17,30 do 18.45 hod (leden-květen 2017)

Kde: v tělocvičně RS centra Neurologické kliniky 1.LF UK a VFN na Karlově náměstí v Praze

Přihlášení: Mgr.Kláře Novotné na email:

novotna.klara.k@gmail.com

Potřebné pomůcky (jogamatky, cvičební popruhy) jsou v tělocvičně k dispozici. Stačí si tedy přinést pouze pohodlné cvičební oblečení.

Lekce jógy povede studentka doktorandského studia FTVS UK v rámci své výzkumné práce. Proto je žádoucí pravidelná docházka. Na konci pak absolvujete krátké vyšetření efektu jógy.

