

„A cél közös, együtt a jövőnkért!” elnevezésű
EFOP-1.5.3-16-2017-00119 SZÁMÚ PROJEKT
KERETÉBEN SZERVEZETT PROGRAM

GERINCJÓGA

A Gerincjóga egy modern mozgásterápia, amely a test és az idegrendszer egészségének helyreállítását célozza meg olyan gyakorlatokkal, amelyek mindenki számára könnyen elsajátíthatóak.

**HELYSZÍN: Vörösmarty Mihály Általános Iskola
tornaterme, NYÍRKÁTA**

A gerincjóga időtartama: 36 alkalom

KEZDÉS: 2020. 06. 02.

**JELENTKEZNI LEHET LAKATOS ANDREA JÓGA OKTATÓNÁL, A HELYI
ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN. ELSŐSORBAN FELNŐTT ÉRDEKLŐDŐKET VÁRUNK.**

