



## Sdružení Jóga v denním životě Prachatice pořádá

### sérii akcí s názvem

## „Pojďte s námi do pohádky“



### **7.9. ve 14:30 Pohádkové cvičení ve Štěpánčině parku**

(při nepřízní počasí v novém jóga centru v těsné blízkosti parku - Zlatá stezka 145)

Děti i dospělí si budou moci při vyprávění pohádky zacvičit jógové cviky pro zdraví, které pomáhají zlepšit fyzickou kondici a celkový zdravotní stav. Na závěr bude možné poradit se, jaká cvičení se hodí konkrétně pro vás či vaše dítě.



### **11.9. v 16:30 Pohádková hra ve Štěpánčině parku**

(při nepřízní počasí v novém jóga centru v těsné blízkosti parku - Zlatá stezka 145)

Na motivy další z pohádek bude pro celou rodinu připraveno mnoho zábavných, inspirujících a zajímavých úkolů, které rozvíjí vzájemnou spolupráci, koordinaci pohybu, rovnováhu, schopnost soustředit se, pracovat jako tým a vzájemně si pomáhat.



### **21.9. Pohádkové odpoledne - oslava Mezinárodního dne míru**

Mezinárodní den míru se slaví v tento den ve většině zemí světa a oslav se zúčastňují milióny lidí s cílem podpořit nenásilí a mír, v Prachaticích se uskuteční letos již 5. ročník těchto oslav.

Ve 14:30 po slavnostním zahájení uvidíte divadlo pro velké i malé, děti i dospělé, můžete se zúčastnit různorodých aktivit na několika stanovištích, zacvičit si jógu a spolu s ostatními přispět symbolickou záchranou kouzelné pohádkové květiny k naplnění cíle oslav dne míru. Můžete se těšit i na zpěv a kytarový doprovod.

Všechny aktivity jsou určeny celým rodinám a jsou pro všechny účastníky ZDARMA. Projekt „Pojďte s námi do pohádky“ je podpořen z grantu města Prachatice. Děkujeme ☺.