

FESTIVAL ZDRAVÍ V BRNĚ 2024 – ZMĚNY V PROGRAMU

Hlavní program (15. června 2024):

STANOVIŠTĚ Č. 5: R + P BRNO

Stánky na tomto stanovišti nebudou, program na pódiu (stepařské vystoupení) zůstává beze změn.

PÓDIUM: ZELENÁ PÁRA

Vzhledem k nepříznivému počasí a příchozí intenzivní bouři byl koncert kapely **Zelená pára** k naší i návštěvnické velké lítosti zrušen. Tímto se všem omlouváme za způsobené zklamání a těšíme se, že příště to už určitě vyjde!

Následný program (15.–30. června 2024):

Neděle 16. června 2024

místo programu:

Jóga v denním životě a zdravý mozek – workshop a ukázky cvičení

je zařazen program:

Jóga v denním životě a zdravý hormonální systém – workshop a ukázky cvičení

Čas konání: 14.00-15.30 h.

Místo konání: Fakulta sportovních studií MU, Kamenice 5, Brno (budova E34)

Přihlášení/registrace: QR kód nebo www.joga.cz/brno, počet míst omezen

Vstupné: zdarma

Organizátor: Jóga v denním životě Brno, z.s., Fakulta sportovních studií MU



Odborná přednáška a praktické ukázky cvičení se zaměřením na endokrinní soustavu a účinky jógových pozic na (ženský) hormonální systém. V rámci praktické části workshopu se zaměříme na jógová cvičení a techniky zaměřené na oblast pánevního dna a na celkové posílení hormonálního systému podle systému Jóga v denním životě. Workshop povede MUDr. Alena Filková, neurolog, gynekolog, porodník a specialista na reprodukční medicínu.

Vhodné pro všechny bez omezení se zaměřením na ženy všech věkových kategorií.