



**Mateřské a dětské centrum MAJÁK**  
**U ŠKOLKY 579, TANVALD 468 41**  
Telefon : 774 825 085, e-mail: mdc.majak@gmail.com  
www.mdcmajak.estranky.cz



**pořádá**

**v sobotu 19. 3. 2016 v 10:00 – 13:00 hod.**

**úvodní seminář**

***jógové dopoledne***

**Pod vedením M. Halamové si vysvětlíme základní principy jógy (záklon, předklon, úklon, rotace, rovnováha, atd.). S sebou: pohodlné oblečení, deku na relaxaci a podložku na cvičení.**

**Cena 250,- Kč**

**Přihlášky nutné do středy 16. 3. u p. Rusnákové,  
tel. 603 304 550**

