**MEGHÍVÓ**

**jóga tábor**

**a féja géza közösségi ház jóga tábort szervez, melyre szeretettel vár minden érdekődő általános iskolás korú gyermeket.**

**időpont: 2021. augusztus 2 – 5.**

**helyszín: Féja Géza közösségi ház (2509 esztergom-kertváros, damjanich u. 70.)**

**A PROGRAMOK MINDEN NAP 8:00 – 16:00 KÖZÖTT KERÜLNEK MEGRENDEZÉSRE, NAPI EGYSZERI ÉTKEZÉS BIZTOSÍTÁSÁVAL**

**a gyermekek játékosan ismerkednek meg a jóga fejlesztő hatásaival:**

**- Figyelem-és egyensúlyfejlesztés**

**- Feszültségoldás**

**- Rugalmasság**

**- Kitartás és erőnlét**

**- Önbizalom és másokhoz való kapcsolódás**

**A jógázás mellett mozgásfejlesztés, játék, relaxáció és kézműves foglalkozás is várja a gyerekeket!**

**Tóth tamás béla s.k.**

**igazgató**

**Féja Géza Közösségi Ház**