



ÚŠ ČOS pořádá seminář

JÓGA SMÍCHU

Termín 18. března 2017 (sobota)

Místo T. J. Sokol Záběhlce, Na Vinobraní 230/91, Praha 10

Poplatek člen ČOS 600 Kč, veřejnost 1200 Kč

Popis akce Kdo z nás by se rád nesmál? Účinek smíchu jako léčebného prostředku je v lidové slovesnosti dobře znám. Určitě znáte pořekadlo: „Směje se, až se za břicho popadá“. Jóga smíchu je především vynikajícím nástrojem pro prevenci či překonání stresu, depresí, úzkostem, sezónních smutků a změn nálad a syndromu vyhoření. Jóga smíchu také pomáhá k aktivování nebo znovunalezení spontánní hravosti a radosti v našem životě a má i celou řadu dalších přínosů na fyzické, psychické, emocionální, ale i sociální úrovni, což je ověřeno množstvím různých odborných studií po celém světě. Seminář je otevřen všem zájemcům.

Účastníci obdrží Osvědčení o absolvování doškolení v rozsahu **6 hodin**.

Číslo akce 17-025

Přihlášky Nejpozději **do 2. března 2017** na <http://www.sokol.eu/obsah/7159>

Všem přihlášeným účastníkům potvrdíme přijetí přihlášky **s platebními informacemi** (variabilní symbol, číslo účtu, částka) na e-mail uvedený při registraci.

Přihláška je platná až po úhradě účastnického poplatku.

ÚŠ ČOS si vyhrazuje právo v případě nízkého počtu účastníků akci zrušit, v případě naplnění maximální kapacity akce ukončit příjem přihlášek před uzávěrkou.

Podrobnější informace o akci Vám budou zaslány na e-mail uvedený při registraci nejpozději týden před konáním akce.

Kontakt Hana Šturcová, e-mail: skola@sokol.eu, tel: 257 007 259