



*Pozvánka na seminář*  
***Letní psychomotorika***  
***„Poznejme se pohybem“***

- Kdy?** 10. července 2018 14.00 – 17.00
- Kde?** Hoření 13, Ústí nad Labem, PF UJEP, tělocvična
- S sebou?** Pohodlné sportovní oblečení, ponožky či obuv do tělocvičny
- Za kolik?** 250,- Kč (platí se na místě)
- Jak?** Posláním emailu na [tereza.loukova@seznam.cz](mailto:tereza.loukova@seznam.cz) optimálně do 8.7.

**Co Vás čeká?**

Psychomotorika coby nevýkonově orientovaná pohybová aktivita nabízí řadu možností jak se potkat trochu jinak, než jsme v běžném životě zvyklí. Pomocí pohybu můžeme jemně zvolna rozvíjet naši pohybovou zkušenost se sebou samými a i s ostatními lidmi kolem nás. Psychomotorika je typická využitím netradičního náčiní, jako jsou jogurtové kelímky, víčka od PET lahví či padák za účelem prožitku z pohybu, uvolnění, nového naladění. V rámci semináře nabídneme aktivity vhodné pro kohokoli, kdo má zájem o sebe, o své tělo, pohyb a možnosti využití v osobním i profesním rozvoji. V případě hezkého počasí se budeme pohybovat venku. Doporučuji přijít na seminář o cca 15 min dříve, v místě bude připraveno drobné občerstvení, k dispozici bude šatna pro možnost převléknutí.

Přijďte se potkat :).

Těšíme se na Vaši účast.

Tereza Louková