



# MASÉRNÍČKA V JÓGA STUDIU TIŠNOV

PÁTEK, 1.2. 2019 V 16.30 – 17.30 HODIN

- Hřejivé a hojivé doteky dospělí s dětmi at již maminky, tatínci, babičky, dědečkové či tety a strýčkové, starší sourozenci...
- Společné sdílení a praktikování na téma masáž dětí je pro rodiče či kohokoliv, kteří by rádi masírovali své děti, ale neví jak na to, mají ostych či se bojí , aby neublížili. Masáž dětí je výborná kontaktní metoda , která mj. upevňuje a prohlubuje vztah mezi rodičem a dítětem.
- Masáže působí především na psychický vývoj dítěte, dávají pocit klidu, jistoty. Důležitý je vliv na svalovou soustavu, koordinaci pohybů a zlepšení hybnosti kloubů a svalů. Prospěšný vliv je také na trávicí, a nervový systém. Masáže s prvky např. aromaterapie mají blahodárný vliv také na dýchací systém. Výborné a velmi účinné a dětmi přijímané jsou masáže skrze plosku nohy, zvláště, pokud je bolí hlava, břicho nebo mají rýmu.
- Z masáže se dá vytvořit formou zábavy jako prevence či ozdravný prvek např. při nachlazení, únavě a v době rekonvalescence at' již po úraze nebo jiném onemocnění. Pěstování zdraví skrze masáž – formou hojivého doteku, je to nejcennější a nejlevnější a přitom nejdražší / dotek z lásky srdcem skrze ruce/ co můžeme svým dětem a blízkým dát.
- Cena : 130,-Kč . + dítě včetně nápoje a olejíčku podle potřeby      počet účastníků 8
- Přihlášky : e – mailem na [info@jogastudiotisnov.cz](mailto:info@jogastudiotisnov.cz) nebo osobně u paní Mgr. Jaroslavy Paruchové . Úhradou předem máte místo zajištěné. Cena je za dítě i dospělého.
- Provede vás Dana Hájková

