**POZVÁNKA NA SETKÁNÍ**

**Vážení rodiče, rádi bychom Vám nabídli pozvánku na netradiční setkání v tělocvičně naší školy, kde si vyzkoušíme, jak zdravě rozpohybovat naše děti a třeba i sebe.**

***Pohyb dětem***

Workshop pro rodiče a děti

*Datum:* 16. března 2023 od 16.00 hodin

*Místo:* tělocvična školy

Pohyb školních a předškolních dětí pohledem trenéra, seminář s přednáškou a cvičením.

*Lektor:* Mgr. Radka Bechtoldová, fitness instruktorka, osobní trenérka, lektorka kondičních skupinových programů, absolventka UK FTVS.

*Témata:*

Jak se mění pohybové návyky dětí přechodem do školy (školky).

Jak kompenzovat sezení v lavicích a nošení aktovek.

Co potřebují dnešní školáci.

Jak zaujmout děti k pohybu.

Jak vydržet u sportu a další tipy z praxe i teoretických východisek.

Teorie / ukázky cvičení / diskuze / nabídka pohybového kroužku pro děti.

Budeme se těšit na společné setkání i mimo školní lavice…

*Mgr. Drmlová Eva*

ředitelka školy