

Dobrý den,

jazykové kurzy jsou již v plném proudu, přesto přibývají další i v průběhu pololetí a proto neváhejte s dotazy na nové možnosti kurzu, který by Vás zajímal. Již zítra proběhne seminář Techniky emoční svobody a stále je možnost se přihlásit. Cvičení i masáže také běží, sledujte aktuální rozvrh. Ve školce Lexik běží průběžný zápis i během roku.

Již zítra!

Seminář EFT, nebo-li techniky emoční svobody (energetická psychologie)

Ve čtvrtek 3.11.2011 v 18.30

Příčinou většiny našich problémů není psychika, ale porucha na tomto systému drah – porucha v proudění energie v našem těle způsobená negativní emocí, negativním zážitkem či prožitkem. Tato porucha – blok – se časem projeví například fyzickou bolestí nebo psychickými problémy (různé strachy, fobie, deprese, zlost ...).

Strollering

Každé úterý od 15,50 do 16,50

Strollering, aneb mateřská v pohybu, je cvičení pro akční maminky, které se nebojí spojení netradičního cvičení s klasickými prvky Pilatesovy metody. Miminka pomáhají maminkám zintenzivnit jednotlivé cviky a starší děti se mohou do cvičení s maminkou i samy zapojit. Vzhledem ke klesajícím venkovním teplotám a úbytku slunných dní se přesouvá Strollering dovnitř pod střechu Lexiku. Ovšem jediná změna, která nás společně čeká, je výměna kočárků za pohodlné deky, podložky nebo korbičky pro nejmenší miminka. Náplň a intenzita cvičení pro maminky zůstává stejná.

Strollering je cvičení maminek za přítomnosti dětí ve věku od 6-ti týdnů.

Poslední místo na kroužku ZumbAtomic pro děti a mládež (od šesti do dvanácti let)

Každé pondělí od 17,00 - 17,50

Podle konceptu Beta Pereze a jeho týmu se ZumbAtomic dělí podle věku na:

Lil' Stars (Hvězdičky) pro děti 3-6let - velmi primitivní lehké choreografie

Big' Stars (Hvězdy) pro děti 6-12let - mírně náročnější koncept, vhodný i pro mladší talentované děti

ZumbAtomic pro děti od tří do šesti let

Každé úterý od 14,30 - 15,15

Podzim nastal, příjemné babí léto máme pravděpodobně již za sebou, ale možná najdete novou energii právě v zítřejším semináři Technik emoční svobody.

Těšíme se na Vás i Vaše děti!

Krásný podzim přeje

Mgr. Lenka Červenková, ředitelka

Podrobnější informace na info@lexik.cz

Účast na všech akcích, kurzech a cvičeních si předem rezervujte na 739 035 000.

Chcete vědět více o aktivitách komunikačního centra Lexik? Podívejte se na naše stránky www.lexik.cz