



# Městská knihovna Roztoky

Jungmannova 966, 220911751, [knihovna.roztoky.cz](http://knihovna.roztoky.cz), [www.facebook.com/MKRoztoky](http://www.facebook.com/MKRoztoky)

**Úterý 13. 10. 2015**  
**od 18.30 hod.**



# Smích

**Přihlášení na [spacek@roztoky.cz](mailto:spacek@roztoky.cz) do 12.10. 12.00, pokud bude přihlášených málo, či moc dáme vám vědět.**

Jóga smíchu je zdraví prospěšná, neb aktivuje břišní svalstvo a rozproudí krev, k tomu ještě podporuje sebevědomí, protože ten, kdo se dokáže smát ničemu, se také dokáže smát všemu, všem, a s každým.

Přineste si volné oblečení a něco k pití, vstupné je dobrovolné a dává se při odchodu.



Pod vedením Davida Zahradníka lektora Jógy smíchu dle systému Dr. Katarii