

Kroužek  
**ZÁKLADNÍ POHYBOVÉ PRŮPRAVY**  
v prostorách MŠ Beranov



**KAŽDÉ PONDĚLÍ**  
**15:15-16:00 (kapacita 12 dětí)**

Pohyb je základní esencí života. Je to zdroj našeho zdraví jak fyzického tak psychického. Schopnosti skákat, plazit se, převalovat se a mnohé další jsou našimi základními nástroji našeho života a pomáhají našemu mozku i tělům dobře růst, sílit, myslet a učit se. Proto se na kroužku s dětmi budu soustředit na rozvoj jejich základních pohybových dovedností. Děti se budou hýbat tak, aby je to bavilo a aby získaly maximální benefity, které pohyb přináší.

Budeme si hrát a trochu „zlobit“ :-)

Cena 1. pololetí: 2190 Kč (od 2.10. do 29.1.)

**Přihlašování Vašich ratolestí probíhá u lektora**  
na čísle 739 649 056 nebo na emailu [jakub.zvelebil@email.cz](mailto:jakub.zvelebil@email.cz)

**Lektor kroužku: Jakub Zvelebil**

Od roku 2014 se aktivně věnuji volno časovým aktivitám pro předškolní děti i školáky, organizuji pohybové kroužky a příměstské tábory v Chabrech a poslední rok jsem aktivně pracoval jako průvodce v lesní MŠ.

Rozvoj pohybových dovedností je můj primární specializací, které přikládám nejvyšší důležitost. Učím své klienty, včetně dětí, jak se hýbat přirozeně a funkčně. Jsem osobním trenérem a certifikovaným lektorem přirozeného pohybu MovNat a Pohybovým specialistou IQ Pohybu.