

tematické měsíce

Trávení. Problém, se kterým se potýká mnoho onkologicky nemocných a nejen jich. Nedostatek pohybu, nevhodná strava, stres, to vše může přispívat k horšímu trávení. Pokud patříte do této skupiny, přijďte se ve čtvrtek 28. 1. rozpohybovat do tělocvičny občanského sdružení DRAK v Liberci. S lektorkou Kateřinou Kořínkovou si vyzkoušíte jednoduché jógové cviky, které podpoří nejen trávení, ale při pravidelném cvičení mohou snížit i stres.

Centrum Amelie Liberec psychosociální pomoc
pro onkologicky nemocné a jejich blízké

Jóga na podporu trávení

s lektorkou Kateřinou Kořínkovou

28. 1. 2020 15:30-16:30

tělocvična o. s. D.R.A.K.



Účast je zdarma, počet osob omezen, roušky s sebou.

Přihlášení na: 608 458 227 nebo liberec@amelie-zs.cz

Centrum Amelie Liberec:

Krajská nemocnice Liberec, a. s., (budova U, 1. patro, vchod z ul. Jablonecká)

Husova 10, 460 63 Liberec

tel.: +420 608 458 277

e-mail: liberec@amelie-zs.cz

www.facebook.com/amelie.zs • www.amelie-zs.cz