

Milí přátelé,



přijměte pozvání na víkendový pobyt pro děti se skoliózou a VDT. Letošní podzimní pobyt nám vychází v pozdním a více podzimním termínu. Pojdme se tedy společně připravit na tak trochu ponuru nadcházející podzimní atmosféru a společně si ji prosvítit **dobrou náladou!**



DATUM: 18. - 20. 10. 2019

MÍSTO KONÁNÍ: Zbraslavice u Kutné Hory

(Areál u Starého Rybníka - <https://www.zbraslavice.eu/>)

Náplň pobytu:

- motivační cvičení pro ucelení a oživení cvičební sestavy na doma
- celodenní aktivní pohybový program zaměřený na správné držení těla s následným využitím v běžném životě, nácvik správné chůze
- **stěžejní je intenzivní zdravotní cvičení metodou Spirální stabilizace MUDr. Richarda Smiška, a to 3x denně 60 minut**
- obohacení o prvky mnoha dalších fyzioterapeutických technik (PNF, Fyzioterapie funkce dle Clary Lewitové, DNS dle prof. Koláře aj.)
- individuální konzultace, masáže a měkké mobilizační techniky v případě potřeby
- ...**TO VŠE pod přímým lékařským dohledem a vedením ortopeda MUDr. Lubomíra Motyčky**
- cvičení pod vedením certifikovaných fyzioterapeutů, cvičitelů, lektorů
- relaxační techniky pod vedením psycholožky PhDr. Aleny Procházkové
- **přednáška o zdravém pohybu, hry**
- strava po celý den včetně pitného režimu

...takže v překladu se můžete těšit na: KOPU LEGRACE, SUPER SPOLEČNOST, FAJN ZÁBAVU, TROCHU TÉ DŘINY PŘI CVIČENÍ A LEKTORY, KTERÍ SE NA VÁS MOC TĚŠÍ!!!

Cena: 2800,- Kč



Závaznou (tedy vyplněnou!) přihlášku zašlete, prosím, nejpozději do **7.9.2019** na email info@lubomirmotycka.cz. Děti do 15-ti let pouze v doprovodu rodiče. Zálohu ve výši 1400,- Kč zašlete, prosím, nejpozději do **7.9.2019** na účet 2201353338/2010. V případě účasti rodiče a dítěte je celková cena 4900,- Kč a záloha 2450,- Kč. Dopravu na místo konání si účastníci zajišťují samostatně.

Informace a kontakty:

MUDr. Lubomír Motyčka, tel.: 724 230 221, email: info@lubomirmotycka.cz

Pořadatelé:

STOP Skolióze z. s.

Nemocnice Havlíčkův Brod p. o.

NEUROLOGIE a ORTOPEDIE M+M s. r. o.