

ZVEME VÁS NA

JEDINEČNÝ PRAKTICKÝ SEMINÁŘ

LEKTOR

Mgr. JANA LEWITOVÁ



# HLAS A DECH

4. ÚNORA 2023

SOBOTA

14:00-19:00



FAMELIE  
MOKROPSY

RUMUNSKÁ 1165,  
ČERNOŠICE

*Famelie*  
MOKROPSY



Feldenkraisova  
metoda

[WWW.FELDENKRAISCERNOSICE.CZ](http://WWW.FELDENKRAISCERNOSICE.CZ)

# PROGRAM

---

**14:00-14:30** registrace účastníků

---

**14:30-16:00** 1. část programu

---

**16:00-16:30** pauza

---

**16:30-19:00** 2. část programu

---

**Q&A** • jak přirozeně a volně dýchat • jak objevit možnosti svého hlasu • jak optimalizovat a zmírnit tlak na hlasivky • jak přinést větší uvolnění do celého těla •

**Jana Lewitová** pomocí jednoduchých cvičení vede své klienty k uvolňování napětí podvědomých bloků a nepřirozených návyků, které brání volnému dýchání a spontánní, funkční tvorbě hlasu. Tento poznenáhly proces rozvíjení hlasu přináší zpravidla i zlepšení hudebního sluchu, vnímání vlastního těla i emocí.

**CENA: 1000,00 Kč**

limitovaný počet míst **6 osob**

**PŘIHLÁŠKY A DOTAZY:**

**MONIKA V. KOŠAŘOVÁ**

monika@famelie.cz

+420 725 080 452

Účast na semináři není omezena věkem ani fyzickou kondicí. Cvičení je vhodné také pro ty, kteří se chtějí prakticky seznámit s metodami a vyzkoušet účinky cvičení sami na sobě. **Předchozí zkušenosti nejsou nutné.**

## DALŠÍ INFORMACE PRO ÚČASTNÍKY

- platební instrukce budou zaslány s potvrzením o přihlášení účastníka •
- pokud žádáte o fakturu, sdělte tuto informaci během přihlašování •

### CO DĚLAT, POKUD JSTE POPLATEK JIŽ ZAPLATILI A NEMŮŽETE SE KURZU ZÚČASTNIT?

Omluvíte-li se v pátek **20. 01. 2023** do **17:00** na e-mailovou adresu **monika@famelie.cz**, bude Vám celá částka vrácena zpět. Pokud se neomluvíte nebo se omluvíte později, celá částka propadne. Máte však možnost si za sebe sehnat náhradníka.

Pokud se opozdíte nebo se nebudete moci kurzu zúčastnit, volejte na tel. č. **+420 725 080 452**.

**TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST**