Tisková zpráva, 9. 8. 2017

JÓGA S KNIHOVNOU

Krajská knihovna Františka Bartoše ve Zlíně připravuje vedle literárních, historických, cestovatelských nebo hudebních pořadů nově také sportovní akce. Pod názvem Aktivně s knihovnou přiblíží lidem další možnosti, jak mohou využít svůj volný čas a dozvědět se informace o zdraví a zdravém životním stylu.

Ve středu 16. srpna v 17.00 hod. se na platformě 14|15 BAŤOVA INSTITUTU uskuteční cvičení jógy. Instruktorka Šárka Bučková, se józe věnuje od malička, zlínská rodačka momentálně předcvičuje jógu v Praze, v srpnu ukáže základní jogínská cvičení také Zlíňanům.
„Čeká vás letní protažení, techniky správného dýchání, ukázka jógových pozic, načerpání pozitivní energie a spoustu další inspirace,“ přiblížila program Ludmila Plačková, projektová manažerka knihovny.
S sebou si vezměte karimatku a pohodlné oblečení. V případě nepřízně počasí se cvičení přesune do kavárny v budově 15. Knihovna také zajišťuje pitný režim pro všechny jógové nadšence. Vstupné na akci je 20 Kč.

Pro podzimní období knihovna plánuje další akce z cyklu Aktivně s knihovnou. *„Rádi bychom se opět proběhli, Běhej s knihovnou mělo úspěch na jaře i loni na podzim. Také plánujeme přednášky a besedy zaměřené za zdraví a ekologii,*“ prozradila chystané akce ředitelka knihovny Zdeňka Friedlová

Více informací najdete na www.kfbz.cz nebo na Facebooku knihovny.

Kontakt:
Ing. Ludmila Plačková
Projektová manažerka, komunikace s veřejností
tel.: 573 032 505, 734 860 722
e-mail: plackova@kfbz.cz

Krajská knihovna Františka Bartoše ve Zlíně,
příspěvková organizace
14|15 BAŤŮV INSTITUT, budova 15, Vavrečkova 7040, 760 01 Zlín
www.kfbz.cz / info@kfbz.cz / www.facebook.com/zlinknihovna