

# Pohádková jóga

Pohádková jóga je aktivita, ve které cvičíme jógu inspirovanou pohádkami. Každá lekce nás zavede do světa fantazie, kde se proměníme v různé postavy z pohádek a prožijeme jejich dobrodružství prostřednictvím jógových pozic. Tato aktivita je ideální pro děti, které milují pohádky a chtějí se naučit základy jógy hravou a zábavnou formou.

## Aktivita - Pohádková jóga (říjen)

