

Lekce cvičení Čchi-kung pro zaměstnance

28.2.2025 - Nikola Havlová | Fakulta sociálních věd UK

Fakultní Pracovní skupina pro well-being vás srdečně zve na lekci cvičení pro harmonii těla a mysli Čchi-kung, kterou povede naše kolegyně z IES FSV UK PhDr. Lenka Šťastná, Ph.D. Přijďte si vyzkoušet nenáročné cvičení, při kterém rozhýbete své tělo jemnými pohyby, uvolníte napětí, objevíte svou energii a rozproudíte ji a zklidníte svou mysl.

Lekce proběhne **ve čtvrtek 13. 3. 2025 od 10:00 v kapli v budově Voršilská**, místnost 523. S sebou si vezměte pohodlné oblečení a obuv.

Na lekci se prosím registrujte [zde](#).

Lekce se koná v rámci **Dne duševní pohody na FSV UK**, který proběhne 13. 3. 2025 ve foyer C v Areálu Jinonice. Zveme vás na snídani, kterou připraví studentské spolky od 9 do 11 hodin. Opět se můžete setkat také s canisterapeutickými pejsky. Podrobnosti o akci naleznete [zde](#).

<https://fsv.cuni.cz/aktuality/lekce-cviceni-cchi-kung-pro-zamestnance>