



Lektorka Cvičení s klaunem Gabriela Válková

Jsem maminka dvou holčiček 5 a 8 let. Díky potřebě s nimi aktivně trávit volný čas jsem se dostala k lektorování dětského skupinového cvičení. Propojila jsem svoji profesi fyzioterapeutky, radost z pohybu a času společně stráveného se svými dcerami a vytvořila jsem program skupinového zdravotního cvičení pro děti: Cvičení s klaunem a to ve věkových kategoriích 1-2 roky, 2-3 roky, 3-6 let a pro školní děti, kterému se věnuji již 4tým rokem. Při cvičení se zaměřuji hlavně na prevenci svalových dysbalancí u dětí, na zlepšení koordinace a motoriky za využití různých sportovních a rehabilitačních pomůcek. Vše pomocí her a říkanek, aby děti pohyb vnímaly jako radost a stal se běžnou součástí jejich života již od útlého věku.

Vedla jsem také program Miniškoličky s rodiči i bez rodičů v jenštejském RC, kde jsem zároveň vedle cvičení s dětmi i kreativně tvořila. Vedla jsem program zdravotního cvičení pro školáky: Aby záda nebolela...

Nyní působím v KVC Vincent, Praha Vinoř a v MŠ Jenštejn.

Lektoruji též kurzy: Masáže dětí a kojenců, Základy aromaterapie, Míčková facilitace pro rodiče dětí s problémy horních cest dýchacích a cvičení na balónech, labilních plochách a s overbally.

V rámci své profese fyzioterapeutky s praxí v Jenštejně, nabízím služby v tomto oboru při problémech pohybového aparátu včetně relaxačních masáží.

Kontakt: email: valgab@post.cz, tel.: 724 312 755

- lektorka skupinového dětského zdravotního cvičení pro děti 1 – 6 let v KVC Vincent, Praha Vinoř a MŠ Jenštejn
- diplomovaná fyzioterapeutka s registrací u MZČR s působností v Jenštejně
- lektorka cvičení na balónech, labilních plochách a s overbally
- lektorka kurzu: Masáže dětí a kojenců
- lektorka kurzu: Základy aromaterapie
- lektorka kurzu: Míčková facilitace pro rodiče dětí s problémy horních cest dýchacích a jejich prevence
- dále absolventka certifikovaných kurzů v rámci fyzioterapie (K-Active Taping, diagnostika a terapie funkčních poruch hybné soustavy, fyzioterapie inkontinentních pacientů, fyzioterapeutické postupy a metody v těhotenství a po porodu, reflexní terapie plosky nohy a další...)
- specialista pro hru a komunikaci v institucionální a domácí péči (zatím bez závěrečné zk)