



**Magiczny
Kraków**

Muzeum Nowej Huty zaprasza na Dzień Relaksu!

2024-05-23

Pośpiech? Ciągła presja? Napięte terminy? Zbuntujmy się przeciw codziennemu stresowi i dajmy się ponieść na fali relaksu. Muzeum Nowej Huty zachęca do zatopienia się w atmosferę muzycznego chilloutu. Wystarczy założyć komfortowe obuwie, ubrać wygodne ubrania i przyjść w niedzielę, 26 maja, do budynku dawnego kina Światowid na os. Centrum E 1.

W ramach wydarzenia odbędzie się sesja pranajamy – relaksujących ćwiczeń oddechowych, przeprowadzona przy dźwiękach gongu, mis tybetańskich i dzwonków Koshi. Na uczestników będą też czekać: rozluźniający warsztat „Oddech, Ruch, Wyraz, Dźwięk”, spacer z leniwym i powolnym szkicowaniem („slow sketching”), chilloutowe oprowadzania kuratorskie po wystawie „Bunt w systemie. Muzyczne przestrzenie wolności 1945-89”, a na finał rozluźniający koncert ambientowego projektu Mrowi, którego będziemy słuchać leżąc na leżakach i poduchach.

Wydarzenie jest elementem programu towarzyszącego wystawie **[„Bunt w systemie. Muzyczne przestrzenie wolności 1945-89”](#)**.

Więcej szczegółów na stronie internetowej **muzeumkrakowa.pl** oraz w **[wydarzeniu na Facebooku](#)**.