

Kurz JEMNÉ JÓGY Líně

6.1. - 30.3. 2020 (13 lekcí)

Pondělí 18:30 - 19:45 Obecní dům Líně

Cena kurzu: 910,- (75 min lekce 70,-)

Cena lekce bez kurzovného: 90,-

Délka lekce: 75 min

S sebou: karimatku, menší polštář nebo deku, pití

Jemná jóga vychází z klasického jógového cvičení, cílem je protažení a rozhýbání zad a kloubů, jde o odlehčenou formou cvičení v klidném tempu s důrazem kladeným na dech.

Získejte lepší pružnost • zdraví • vyrovnanou mysl :)

V případě zájmu se ozvěte na tel. 723589357, částka za kurzovné bude vybírána na první lekci.
Hezké a klidné dny v předvánočním čase a v novém roce se budu těšit na setkání s Vámi :-)))

Gábina Nejedlá