



Venkovní lekce hatha yoga každé úterý 17,30-18,30h

lektor: Veronika Mrázková (certifikovaný lektor PYA, FTVS
UK jógová terapie)

Spojení jógy a přírody. Lekce zaměřená na protažení fyzického těla a uvolnění mentálního. Vhodná pro všechny úrovně pokročilosti. Kontraindikace: těhotenství, šestinedělí, poúrazové stavy, akutní bolesti.

S sebou: podložku na cvičení, příjemný volný oděv, deku, ev. jógovou cihličku. Cena 130Kč/60min

Rezervace: 737 284 402 či re.brezinova@seznam.cz

*Místo konání: Školička Sedmikráska Šeríková 101, Ohrobec
www.centrumctyrlitek.com*

