

hatha jóga na Hvězdě

Lekce hatha jógy jsou vhodné pro každého. Čeká Vás protažení těla, zklidnění a vědomé dýchání.

Budeme se scházet pravidelně ve cvičební místnosti na 3.bloku

každý čtvrtek 19,00 – 20,30 hod.

Podložky se zapůjčují bezplatně na vrátnici.

Cena pro ubytované na Hvězdě je zvýhodněná -
100,-Kč/lekcí.

Přihlaste se SMS na 728 321 021
nebo si to pojd'te vyzkoušet.

Těší se na Vás

Zuzana Herzingerová
lektorka jógy