

Jóga pro ženy

*Jóga pro zdraví a potěšení
Kurzy jógy pro všechny i pro mírně pokročilé
(znalostmi, dovednostmi i věkem)*

čtvrtek 17.00 – 18.30 hod.

Kurz jógy zaměřen proti bolestem v zádech

25. 10. 2012 – 13. 12. 2012

8 lekcí: 1 100,- Kč

90 minut: 150,- Kč

Relax u Růžičky
Francouzská 34
Praha 2
mbl.: 777 638 656
email: jbartunk@email.cz
www.silashiatsu.cz

Ing. Janka Bartůňková, cvičitelka jógy II. třídy

Pravidelné kurzy probíhají již 5. rokem v krásném prostředí na Francouzské v malých skupinkách. Jsou zaměřeny na nácvik správného dýchání, rozhýbání kloubů, páteřní cvičení, polarizační cvičení a relaxační techniky ke zklidnění těla a mysli.

Hlaste se. Počet míst je omezen.