

Zacvičte si přes léto jógu v Praze v přírodě.

Cvičení vychází volně z Primary series Ashtanga jógy, vhodné pro začátečníky i pokročilejší. Lekce vede fyzioterapeutka a instruktorka jógy.

Od 12.7. 2011

Úterý 8.30 – Libeň - Thomayerovy sady (u dětského hřiště)

Středa 17.30 – Stromovka (u dětského hřiště)

Další info na tel. 777 257 474.

Cena lekce – 100,-. Cvičí se bez podložky, bez obuvi a bez ponožek. Ručník vhodný.

Při nepříznivém počasí lze v omezeném počtu zrealizovat hodinu v prostoru TČM-Fyziio na Palmovce (ohlášeným bude zaslána sms)

Proto je dobré ohlásit se předem na tel. **777 257 474**, kpudilova@email.cz, (nebo prostřednictvím online rezervačního systému na www.tcmfyziio.cz)

Využijte letní sílu přírody a načerpejte společně s námi energii pro další seberozvíjení.

Těší se na Vás Kateřina Pudilová, DiS.