

Zelená JÓGA

jógový seminář zaměřený na pozdrav slunci
SÚRJA NAMASKAR

**seminář je vhodný pro začátečníky
i pokročilé**

Seminář bude probíhat
v sálu sokolovny Tištín

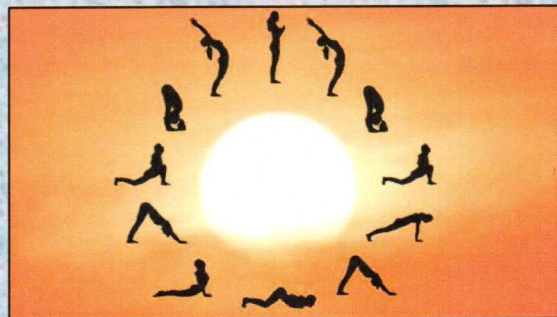
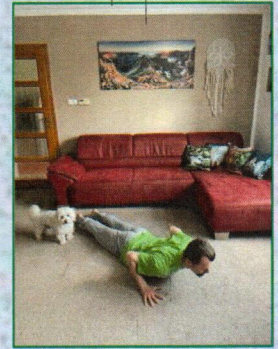
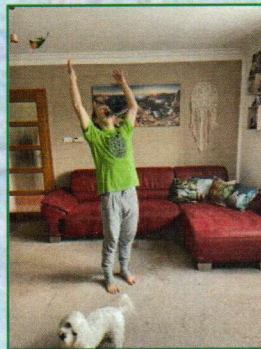
na zelený čtvrtek 6.4.2023 od 18 do 20:30 hod.

Cena 200,- Kč

po semináři budeme pokračovat volnou zábavou
s drobným občerstvením (v kolektivní režii) a sdílením

Přijďte se naučit, vyzkoušet si, zdokonalit si základní jógovou sestavičku pro zvýšení vnitřní síly a našeho zdraví, kterou si pak budete moci praktikovat sami v přírodě nebo v pohodlí domova.

vezměte si s sebou deku, jógovou podložku (nějaké budou k zapůjčení)
a vzorek velikonočních dobrot pro společnou ochutnávku ☺.



Amaresh, Michal Hamala

lektor jógy

Tel.: + 420 607 097 669

FB: Amaresh Michal Hamala

