

Jóga v Novém Veselí

„Tady a teď“

Přijďte si společně zacvičit jemnou jógu v klidném přírodním prostředí v **Novém Veselí!**

Protáhneme a posílíme tělo pomocí základních jógových pozic, naučíme se ovládat svůj dech a zklidnit mysl.

Kdy: čtvrtek v 18:00 + sobota v 9:00 (od července)

Kde: v Přírodní zahradě Školičky Kamarád

V případě nepřízně počasí budeme cvičit v tělocvičně základní školy.

Lekce budou přizpůsobeny úrovni cvičících, vítáni jsou všichni bez rozdílu věku či pokročilosti.

Můžete-li, přineste si vlastní podložku na cvičení.

Vstupné dle Vašeho pocitu z lekce ☺

V případě zájmu se ozvěte na e-mail: pecinkova.daniela@gmail.com
nebo telefon: **732 571 588**

„Jóga vám umožní najít nový druh svobody, kterou možná ani neznáte.“

B.K.S Iyengar

Namaste!