** Už zase můžeme společně cvičit ☺**

**Jóga v Novém Veselí**

***‚Tady a teď‘***

Přijďte si zacvičit jemnou jógu v **Novém Veselí**!

Protáhneme a posílíme tělo pomocí základních jógových pozic, naučíme se ovládat svůj dech a zklidnit mysl. Případné návrhy na zaměření cvičení dle Vašich potřeb jsou vítány.

**Kdy: čtvrtek 17:00** (od 28.5.)

**Kde: zahrada MŠ Kamarád** (v případě nepřízně počasí cvičení nebude)

**Vstupné 50 Kč / permanentka 450 Kč/10 lekcí**

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

**Přineste si vlastní podložku na cvičení, případně lze cvičit i na trávě.**

**V případě dotazů 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!**