



CVIČENÍ JÓGY

v ZŠ LÍBEZNICE

Cvičení jednoduchých ásán (pozic jógy) je určeno všem, kteří si chtějí vyzkoušet jejich léčivé účinky pro páteř a velké klouby a naučit se vnímat své tělo.



Přijďte načerpat energii a vyzkoušet cvičení, které rozvíjí sílu a pružnost celého těla a je vhodné pro každého bez ohledu na věk či tělesnou zdatnost.

PRAVIDELNÉ LEKCE: úterý 19:00 – 20:00 hodin

Cena: 90,-Kč / lekce nebo 800,- Kč / permanentka 10-ti lekcí

Další informace najdete na: **Michaela Ehrenbergerová**
tel: **774 822 949**, mise.e@volny.cz, www.misajoga.cz