



Harmonie těla, mysli a duše

Oslava Mezinárodního dne jógy

pod záštitou Velvyslanectví Indické republiky v Praze



Zkušební lekce ZDARMA od 15. do 18. června - Praha 2

- Bez registrace
- Vlastní karimatka nebo velká látka
- Volný cvičební úbor a ponožky
- Polštářky a židle k dispozici



Dospělí: Jógacentrum Blanická 17, Praha 2

- Pondělí** 17:30-19:00 pro mírně pokročilé, 3.díl
19:00-20:30 pro zdravá záda
- Úterý** 17:00-18:30 na podporu vitality
17:00-18:30 pro zdravá záda a klouby
- Středa** 10:00-11:30 pro začátečníky, 2. díl
17:00-18:30 pro zdravá záda a vitalitu
17:15-18:45 pro mírně pokročilé, 3.díl
- Čtvrtek** 10:30-12:00 pro mírně pokročilé, 3.díl
17:30-19:00 pro aktivní začátečníky

Děti s rodiči: MŠ Happy Child, Jana Masaryka 31, Praha 2

- Úterý** 17:00-17:45 děti 3-7 let s rodiči
18:00-18:45 školáci 8-15 let
(rodiče vítáni)



VEŘEJNÉ CVIČENÍ na Hradčanském náměstí - *přihlašování zde*

- Pátek 19.6. 19:00-21:00
- Registrace u Velvyslanectví Indie
- Tričko MDJ zdarma
- S sebou: vlastní karimatky, co nejméně zavazadel



Nenačetl se vám kód? Navštivte:
<https://bit.ly/MDJpraha>