

# AŠTÁNGA VINJÁSA JÓGA WORKSHOPY

18.-19.7. A 1.-2.8. 2020

**4X 2 HOD. VŽDY OD 10.00 DO 12.00 HOD.**



Přijďte se seznámit s první serií aštánga vinjása jógy. Projdeme si a zacvičíme si úvodní pozdrav slunci (súrja namaskára) a další pozice ze sestavy. Zaměříme se na správné provedení pozic a varianty, které jsou vhodné nejen pro začátečníky. Oba víkendové workshopy na sebe navazují, proto je doporučeno navštívit oba, ale lze přijít i na jednotlivé víkendy. Akce je vhodná spíše pro začátečníky a mírně pokročilé.



## Cena

**1 den 300,-**

**3 dny 850,-**

**2 dny 550,-**

**4 dny 1100,-**

V ceně malé občerstvení.

Registrace a bližší informace Vám rádi sdělíme přímo ve Fitness centru, areál Wellness Kuřim.

Kontakt: [fitness@wellnesskurim.cz](mailto:fitness@wellnesskurim.cz) nebo telefon 541420241

TĚŠÍME SE NA VÁS

Antonina Pirochtová [www.yogify.cz](http://www.yogify.cz)