



KURZ POWER VINYASA YOGY

OD 16.9. 2021 DO 10.2. 2022

ČTVRTEK OD 17.15 A OD 18.15

Jóga spojuje fyzické, duševní zdraví a duchovní růst, rozvíjí intuitivní chápání sebe a světa a je životním stylem. Praktikování jógy znamená uvést mysl, emoce a tělo do harmonického celku. Lekce Power vinyasa yogy budují sílu, flexibilitu, redukují stres a vyznačují se dynamickým cvičením jógových pozic sladěných s dechem. **Výhodou kurzu je návaznost, postupnost a osobní motivace.**

Cena kurzu: 2470,- Kč/ 19 lekcí

(kromě 28.10. v prosinci cvičíme naposledy 16.12.)

Na lekce nebude nutné se rezervovat, Vaše místo je dané uhrazením kurzovného.

V případě, že byste nemohli na lekci přijít, je možné za sebe poslat náhradníka. **Možnost jednorázových vstupů je za 150,- Kč.**

Kurz je vhodný pro všechny, muže i ženy jakéhokoliv věku, pro začátečníky i pokročilé. Některé pojišťovny poskytují na takové kurzy příspěvky.

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

fitness@wellnesskurim.cz

telefon 541420241

<http://www.yogify.cz>

TĚŠÍME SE NA VÁS
lektorka Tonička

