

# KURZ POWER VINJÁSA JÓGY

OD 6.2. DO 18.6. 2020 / ČTVRTEK 16.50-17.50 NEBO 18-19

*Udělejte si čas v proudu dne a zastavte se na lekci jógy*



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 vinjása jógy 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: 1870,- / 17 lekcí**

(kromě 20.2. jarní prázdniny, 4. a 11.6. )

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. Kurz je vhodný pro všechny, muže i ženy jakéhokoliv věku, pro začátečníky i pokročilé.

Některé pojišťovny poskytují na takové kurzy příspěvky (např. VZP 500,-Kč).

Registrace do kurzu 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)