



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

Harmonie těla, mysli a duše

System paramhans svámího Mahéšvaránandy

KURZY JÓGY | září 2023 – leden 2024

Kurz pro začátečníky a mírně pokročilé 1.-2. díl, proti bolestem zad

KDY: **pravidelně v ÚTERÝ od 12. září 2023**

ČAS: **od 18.00 do 19.45 hodin**

KDE: **Zbraslavice – Mateřská škola, Zbraslavice 147**

KURZ VEDE: **MUDr. Jitka Kuntová**

Cvičit můžete i ONLINE, více info na: www.joga.cz

Přihlášení do kurzu <https://joga.cz/jogacentra>

S SEBOU: karimatku a volné oblečení

CENA: První hodina: zdarma | Kurzovné za 1 pololetí: 1800 Kč

Důchodce, rodič na rodičovské dovolené a student do 26 let: 1300 Kč | Kurzy on-line: 1300 Kč

Cvičení vede k harmonii těla, mysli a duše. Pomáhá dosažení fyzického, duševního, sociálního zdraví a seberealizace.



ORGANIZACE A KONTAKT:

Jóga v denním životě Kutná Hora, z.s.

Jógacentrum, Tylova 390, 1. patro | tel. 777 128 162 | kutna.hora@joga.cz | www.joga.cz