



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

Harmonie těla, mysli a duše

System paramhans svámího Mahéšvaránandy



KURZY CVIČENÍ JÓGY

září 2021–leden 2022

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

KDY: **pravidelně v ÚTERÝ od 14. 9. 2021**

ČAS: **od 18.00 do 19.45 hodin**

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

KURZ VEDE: **MUDr. Jitka Kuntová**

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

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

S SEBOU: karimatku a volné oblečení

CENA

První hodina: zdarma

Kurzovné za 1 pololetí: 1500 Kč

*Důchodce, rodič na rodičovské
dovolené a student do 26 let: 1000 Kč*

Kurzy on-line: 1000 Kč

Senioři nad 75 let: zdarma

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

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