

Kopaninský spolek, z.s. a MČ Přední kopanina

vás srdečně zvou na

Hodinku Jógy pro zdraví a pohodu

DECHOVÁ
CVICENÍ

Kdy: 27.11.2022

RELAXACE

Kde: Kulturní sál radnice

NÁCVIK
ĀSAN

1. lekce v 17.00h

2. lekce 18.15h

ROZVOJ
PSYCHICKÉ
SÍLY

vstup zdarma, počet míst omezen, rezervace nutná na e-mail: kopaninskyspolek@gmail.com

Budete potřebovat: Podložku, pohodlné oblečení, láhev s pitím, lehkou deku na relaxaci