



LETNÍ JÓGA V ZAHRADĚ BŘEVNOVSKÉHO KLÁŠTERA

každou středu od 5. 6. 2024 ráno v 7.00 h nebo dle dohody
a ve čtvrtek od 6. 6. 2024 navečer v 17.30 h za kaplí Josefka

Z organizačních důvodů je nutné se na každou lekci předem přihlásit sms:

ranní jóga s Evou 725802533

večerní jóga se Soňou 724002921

S laskavým svolením bratrů benediktinů již tradičně můžeme cvičit na trávě v klášterní zahradě. Podložky si prosím přineste vlastní. Lekce se konají, pokud neprší a trvají cca 60'.

Ranní jógové protažení i Radostná večerní jóga jsou vhodné pro začátečníky i pokročilé. Věk ani kondice nehrají roli.

Příspěvek předejte lektorkám po lekci dle vaší spokojenosti.

Těšíme se na vás, přijďte ☺

Eva Kalinová

FB: Soňa Zdrahalová, Jóga s radostí, radost s jógou

mail: zdrahalova.sona@seznam.cz

