

Jóga ve školním roce 2017/18

Místo, kde cvičíme je MKZ, Horšovský Týn - velký sál

Začátečníci a mírně pokročilí

Každé úterý od 17,30 do 19,00 hod.

Pokud jste již přihlášení, přineste si podložku na cvičení, deku, případně polštářek a pohodlné oblečení.

Cvičíme naboso, nebo v ponožkách.

Ranní jóga pro začátečníky a mírně pokročilé

Cvičíme každou středu od 9,00 do 10,30 hod.

Pokročilí

Na opětovné setkání se budu těšit od září od 17,30 do 19,00 hod. Dále pak každý čtvrtek.

Cena se nemění: 80,-Kč

Na společné chvíle ztišení se těší Hanka Kloboučnicková

