

JOGACENTRUM BRATISLAVA - BUDATÍNSKA 20

PIATOK 20.MARCA 18:00-19:30

POZÝVAME VÁS NA WORKSHOP

PRÁNAJÁMA



**RÔZNE TECHNIKY PRÁNAJÁMY
BENEFITY PRE TELO AJ MYSEĽ
TELESNÉ A DYCHOVÉ CVIČENIE**

LEKTOR: RNDR. MARTIN KNAP

DLHOROČNÝ CVIČITEĽ PODĽA SYSTÉMU
JOGA V DENNOM ŽIVOTE

VSTUPNÉ: 9€

ODPORÚČAME POHODLNÉ OBLEČENIE
VSTUP DO HALY JE V PONOŽKÁCH
KARIMATKY SÚ K DISPOZÍCII, JE VHODNÉ SI
PRINIESŤ VLASTNÚ DEKU ALEBO UTERÁK