

# JÓGOVÁ INSPIRACE NA KAŠPERKÁCH

Ne 5.11. 2023 | 9:30-15:00 | Sportovní hala KH

## PESTRÝ POHYB - PESTRÝ ŽIVOT



**ALENA JEŘÁBKOVÁ**



**LUCIE ŽALOUDKOVÁ**

Pestré  
pomůcky

DNS  
metoda

Pránájáma

Pilates

Radost  
z  
pohybu

### Cena 790 Kč zahrnuje:

- Celodenní jógový program se dvěma lektorkami
- Lehký vegetariánský oběd s dobrou kávou a dezertem
- Hezký pocit, že jsme věnovali čas sami sobě a že nám na sobě záleží

**Detaily & rezervace**



**jogasumava.cz**