



DEN PLNÝ JÓGY

s **Radkou Holíkovou, Monikou Medřickou, Janou Vykydalovou a Vendulou Slanou**

Přijďte se protáhnout, uvolnit tělo i mysl, načerpat novou energii.

Připravili jsme pro vás různé druhy lekcí jógy, relaxace a meditace. V průběhu akce bude k dispozici ochutnávka produktů od našich partnerů. Těšíme se na vás.

SÁL 1

9.00–10.15

WAKE UP YOGA

Jana Vykydalová

10.30–11.30

JÓGA SPECIÁL

pánevní dno, ploché
břicho, diastáza

Monika Medřická

SÁL 3

9.00–10.15

MEDITATION YOGA

Vendula Slaná

10.30–11.30

WARM HATHA YOGA

Vendula Slaná

11.45–13.00

HOT YOGA

Jana Vykydalová

SÁL 4

9.00–10.15

BOSU YOGA

Monika Medřická

10.30–11.30

PÁROVÁ JÓGA

Radka Holíková

11.45–13.00

VINYASA DANCE YOGA

Radka Holíková

CENA

390 Kč člen / 440 Kč nečlen *

*Po uhrazení částky na recepci, si vytvoříte rezervaci na vámi vybrané 3 lekce.

Více informací na www.omegasport.cz