

FESTIVAL JÓGY

NE 29. 11. 2026
9.00–13.15 hod.

Festival jógy bude plný jógových a meditačních technik, relaxace a odpočinku. Budou pro Vás připraveny různé druhy jógových lekcí ve třech skupinových sálech.

LEKTOŘI: Radka Holíková, Monika Medřická, Jana Vykydalová, Kamila Komárková, Jitka Szabo, Marcela Hrbáčková, Josefína Janková a **speciální host Michal Rauer**

SÁL 1

9.00–10.15
WHEEL YOGA
Marcela Hrbáčková

10.30–11.45
MEZI SILOU A JEMNOSTÍ
Michal Rauer

12.00–13.15
JEMNÁ JÓGA
Jitka Szabo

SÁL 3

9.00–10.15
JÓGA STŘEDU TĚLA
Monika Medřická

10.30–11.45
YOGALATES
Kamila Komárková

12.00–13.15
SPINAL FLOW
Jana Vykydalová

SÁL 4

9.00–10.15
**HATHA JÓGA
V RYTMU DECHU A VIBRACÍ**
Michal Rauer

10.30–11.45
DANCE YOGA FLOW
Radka Holíková

12.00–13.15
YOGA MANTRA FLOW
Josefína Janková

CENA

600 Kč/člen, 700 Kč/nečlen*

*Po uhrazení částky na recepci, si vytvoříte rezervaci na vámi vybrané 3 lekce (na webových stránkách po přihlášení do rezervací / nebo na recepci centra)

Přijďte se uvolnit a načerpat novou energii. Více informací na www.omegasport.cz