

Srdečně vás zveme na  
**kurz Jin jógy**



v Rodinném centru Maceška ve Znojmě

**vždy ve středu od 16,30 do 17,30**

Kurz vede: Lenka Pavková - lektorka jógy -  
<https://bodyservis.cz/>

Jedná se o lekce jógy v pomalejším, plynulém tempu, zaměřená  
na posílení, protažení a uvolnění svalů celého těla.

Podporuje správné držení těla, uvolňuje klouby a páteř.

Dodá energii, harmonizuje tělo i dech.

Cvičení je vhodné i pro těhotné maminky:)

**Cena:** - ukázková lekce 130,-  
- permanentka na 5 vstupů 600,-

**Zahájení kurzu 3.11.2021**