

# JÓGOVÁ INSPIRACE NA KAŠPERKÁCH

So 8.10. 2022 | 9:00-15:00 | Sportovní hala KH



**KATKA NOVÁKOVÁ**



**LUCIE ŽALOUDKOVÁ**

Ranní  
rozproudění  
lymfy

Pránájáma

Uvolnění  
páteře  
dechem

Jamy  
Nijamy

Pohyb  
Dech  
Hudba

## Cena 690 Kč zahrnuje:

- Celodenní jógový program se dvěmi lektorkami jógy
- Lehký vegetariánský oběd s dobrou kávou a dezertem
- Hezký pocit, že jsme věnovali čas sami sobě

**Detaily & rezervace**



**jogasumava.cz**