

Dla mieszkańca

Published: Thursday, 24 June 2021 10:23

Hits: 27511

Zapraszamy wszystkich, którzy praktykują lub dopiero chcą praktykować jogę.

Mile widziane zabranie kocy i poczęstunku na wspólny piknik.

Park Kultury

MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ JOGI W STARACHOWICACH

Spotkanie z jogą na świeżym powietrzu
WSTĘP WOLNY!

27.06.2021

niedziela / Teren Parku Miejskiego, okolice Amfiteatru

9:00 – 09:30	pranajama	Olga Podgórska
09:40 - 10:10	joga łagodna	Agata Musiałowska
10:20 – 10:50	joga dynamiczna	Ewa Kołaczyńska
11:00 – 11:30	joga dla kręgosłupa	Agata Musiałowska
11:40 – 12:10	hatha joga	Ewa Kołaczyńska
12:30 – 13:00	joga dla dzieci	Ewa Kołaczyńska

Więźcie ze sobą matę lub ręcznik do ćwiczeń.
W przypadku brzydkiej pogody spotkanie nie odbędzie się.

Zachęcamy również do zabrania koca i przekąsek i zrobienia sobie pikniku.