

Komunitní škola Švihov o.s.

kurz „JÓGA A JEŠTĚ NĚCO NAVÍC“

CVIČENÍ PRO KAŽDÉHO

Lektorka: Marie Homolková

Hodiny jsou sestavené z jógy, cvičení proti bolavým zádkám, stresu, pro štíhlou linii, 5 Tibeťanů, 7 lotosových květů a další.

Cvičení začíná v úterý 9. 1. 2018 od 16.45 hodin do 17.45 hodin

v tělocvičně Základní školy ve Švihově.

Cena za 15 hodin je 330,-Kč.

Platba za kurz na místě.

tel.: 606 247 711 (Jana Petrusová)

