

FITCENTRUM

SŠP Olomouc, Rooseveltova 79

POWER YOGA



Dynamický typ jógy bez meditace.

Vhodné cvičení pro ženy i muže, pro sportovce i širokou veřejnost, pro začátečníky a středně pokročilé.

ÚTERÝ	18.00 – 19.00
ČTVRTEK	18.00 – 19.00

JEDNOTLIVÉ VSTUPNÉ: 40,-Kč

PERMANENTKA: 350,- (10 cvičebních lekcí)

CVIČENÍ VEDE CERTIFIKOVANÁ INSTRUKTORKA

POTŘEBUJETE :

*** pohodlné oblečení, tričko raději delší ***

*** dlouhou podložku na jógu***

*** cvičíme bosky**

*** před cvičením cca 3 hodiny nejzte, lépe se cvičí nalačno***