

pohyb

síla

pružnost

relaxace

přijďte poznat krásu

POWER JÓGY



**rozvíjí rovnováhu a koordinaci pohybů
odstraňuje problémy se zády
zlepšuje fyzickou kondici
zklidňuje nervový systém
pomáhá s hubnutím**

co si přinést s sebou na lekci power jógy?
sportovní oblečení umožňující volný pohyb
obuv není potřebná, cvičí se naboso
malý ručník

**Taneční studio Kamily Hlaváčkové
každou středu od 9:00-10:00**

nutno předem objednat na **Tel.: 775 139 991**

!při koupi permanentky hlídání dětí od 3 let zdarma!