

Jóga v Kung-fu Centru

Napsal uživatel Jakub Bouda
Středa, 06 Únor 2013 09:27



Celostní jóga je velice jemná a viditelná, zvyšuje látkovou výměnu, látkovou oběhnost.
Principy a formy, na které se dělí a to jsou:

Soudržnost jsou techniky věnované různým typům dýchání, produkování relaxaci, meditaci, protahování a práce s energií.

Výběr na cestu, která vás provede správným směrem k józe a posune vás k výchozímu stavu.

JÓGA JE ŽIVOTNÍ CESTOU, CESTOU K HARMONII TĚLA, DUŠE A MYSLI

Středa	19.05 – 20.30	hathajóga
Neděle	18.30 – 19.55	hathajóga

Lektor jsou vedoucí akreditovanými instruktory hathajógy, Mistrům hathajógy a Reiki.
Cena 200,- Kč/osoba

KUNG-FU centrum, 1. Arbesova 25/473 Most

Odpovědnost: spalekova@gmail.com, nebo tel. 725 033 097 - www.centroky-joga.webnode.cz