



Nepilova 1, Praha 9

www.jogacentrum.cz

info@jogacentrum.cz

tel.: 774 243 364 (mail i tel. jsou v létě méně dostupné)

ROZVRH PRO OBDOBÍ OD 22. ČERVNA DO 31. SRPNA 2022

den	datum	od - do	co se bude (asi) cvičit	učitel (změna vyhrazena)	cena JEDNOTLIVĚ / cena s PERMÍCÍ
ST	22.6.	18:00 - 19:30	JÓGA TERAPIE a DÝCHÁNÍ	Monika Úlehlová	300 Kč / 250 Kč
ST	29.6.	18:00 - 19:30	JÓGA TERAPIE a DÝCHÁNÍ	Monika Úlehlová	300 Kč / 250 Kč
ST	6.7.	18:00 - 19:30	NECVIČÍME	NECVIČÍME	NECVIČÍME
ST	13.7.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a TENISÁKY	Alena Novotná	300 Kč / 250 Kč
ST	20.7.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a TENISÁKY	Alena Novotná	300 Kč / 250 Kč
ST	27.7.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a SPINÁLKY	Hanka Černá / Zdeněk Černý	300 Kč / 250 Kč
ST	3.8.	18:00 - 19:30	NECVIČÍME	NECVIČÍME	NECVIČÍME
ST	10.8.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a FYZIOTERAPIE	Jitka Bařínková	300 Kč / 250 Kč
ST	17.8.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA IYENGÁROVSKÁ	Mlada Kůrková	300 Kč / 250 Kč
ST	24.8.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a SPINÁLKY	Hanka Černá / Zdeněk Černý	300 Kč / 250 Kč
ST	31.8.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA	Kateřina Jeráčková	300 Kč / 250 Kč

VŠECHNY HODINY JSOU PRO VŠECHNY STUPNĚ POKROČILOSTI / PŘEDEM SE NEOBJEDNÁVÁ / PODLOŽKY A POMŮCKY K DISPOZICI
CENA PERMANENTKY JE 1.000 Kč (platnost na 4 lekce od 22.6. do 31.8.2022), je **PŘENOSNÁ!**

PLATBA HOTOVĚ ve studiu nebo převodem na ÚČET (2490450002 / 5500, do poznámky LÉTO 2022 + Vaše jméno)

Během letošního léta máte možnost setkat se s různými učiteli a styly jógy. Veškeré lekce jsou otevřeny pro všechny stupně pokročilosti, pro studenty všech druhů jógy i pro nové zájemce. Předem se neobjednává, rovnou přijďte cvičit!

Lekce letní jógy budou laděné terapeuticky, což neznamená, že se budete jen „válet“ a relaxovat, ale dáte si přiměřeně do těla tak, abyste následující den věděli, že jste byli cvičit. Procítíte zlepšené držení těla, plnější dech a klidnější mysl.

Každý učitel bude učit „svůj“ styl jógy (více o stylech jógy najdete na našem webu), ale není vyloučeno, že se neobjeví jógové překvapení...

Těšíme se na Vás,

LTUz JC (Letní Tým Učitelů z Jóga Centra)