



Nepilova 1, Praha 9

[www.jogacentrum.cz](http://www.jogacentrum.cz)

[info@jogacentrum.cz](mailto:info@jogacentrum.cz)

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

## ROZVRH PRO OBDOBÍ OD 21. ČERVNA DO 26. ČERVENCE 2023

den	datum	od - do	co se bude (asi) cvičit	učitel (změna vyhrazena)	cena JEDNOTLIVĚ / cena s PERMÍCÍ
ST	21.6.	18:00 - 19:30	JÓGA TERAPIE a DÝCHÁNÍ	Monika Úlehlová	300 Kč / 250 Kč
ST	28.6.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a SPINÁLKY	Hanka Černá	300 Kč / 250 Kč
ST	5.7.	18:00 - 19:30	NECVIČÍME	NECVIČÍME	NECVIČÍME
ST	12.7.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA a TENISÁKY	Alena Novotná	300 Kč / 250 Kč
ST	19.7.	18:00 - 19:30	JÓGA TERAPIE	Kateřina Jeráčková	300 Kč / 250 Kč
ST	26.7.	18:00 - 19:30	LETNÍ JÓGA IYENGÁROVSKÁ	Mlada Kůrková	300 Kč / 250 Kč

VŠECHNY HODINY JSOU PRO VŠECHNY STUPNĚ POKROČILOSTI / PŘEDEM SE NEOBJEDNÁVÁ / PODLOŽKY A POMŮCKY K DISPOZICI

CENA PERMANENTKY JE 750 Kč (platnost na 3 lekce od 21.6. do 26.7.2023), je **PŘENOSNÁ!**

**PLATBA HOTOVĚ** ve studiu nebo převodem na **ÚČET** (2490450002 / 5500, do poznámky LÉTO 2023 + 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)*