

ROZVRH LEKCIÍ V HARMONY ŠTÚDIU od 1.augusta 2021

	8:15		17:00	18:30	INDIVIDUÁLNE LEKCIE
PONDELOK	VINYASA JOGA ** aktívna lekcia 60 min s Lenkou		POWERJOGA ** aktívna lekcia 60 min s Mariánom	JOGA ZDRAVÝ CHRÁT * pre začiatočníkov 60 min s Evou	
	INDIVIDUÁLNE LEKCIE		17:30	19:00	
UTOROK			JOGA ZDRAVÝ CHRÁT * pre začiatočníkov 60 min s Marianom	VINYASA JOGA *** pre pokročilých 60 min s Lenkou	
	8:30		17:30	19:00	
STREDA	POWERJOGA ** aktívna lekcia 60 min s Jankou		FLOW JOGA ** aktívna lekcia 60 min s Nenou	JOGA ZDRAVÝ CHRÁT * pre začiatočníkov 60 min	
	10:30	INDIVIDUÁLNE LEKCIE	17:00	INDIVIDUÁLNE LEKCIE	INDIVIDUÁLNE LEKCIE
ŠTVRTOK	SENIOR JOGA * pre začiatočníkov bez ohľadu na vek:) s Mariánom		POWERJOGA *** pre pokročilých 60 min s Evou		
	INDIVIDUÁLNE LEKCIE	16:10	17:30	19:00	
PIATOK		JOGA PRE DETI Detičky od 4 do 10 rokov 50 minút s Baškou	POWERJOGA ** aktívna lekcia 60 min s Nenou	LIEČIVÁ JOGA ** lekcia s dlhšou relaxáciou 60 min s Nenou	
SOBOTA	PRIESTOR HARMONY STUDIA K DISPOZICII NA PRENAJOM				
	9:00			18:30	19:45
NEDEĽA	POWERJOGA ** aktívna lekcia 60 min s Evou			ZEN JOGA * pre začiatočníkov 60 min s Veronikou	MEDITÁCIA pre všetkých 60 min s Mariánom
NA LEKCIE JOGY JE POTREBNÉ SA PRIHLÁSIŤ NA www.harmonystudio.sk alebo zavolaj či pošli SMS 0944 061656					
AKO SI VYBRAŤ LEKCIU * NEMÁM SKÚSENOŠŤ S JOGOU - pre začiatočníkov, ** MÁM NEJAKÚ SKÚSENOŠŤ S JOGOU - aktívna lekcia, *** MÁM SKÚSENOŠTI S JOGOU - pre pokročilých					