



HARMONY STUDIO
centrum jogy a zdravia

R O Z V R H

SME TU PRE VÁS AJ POČAS LETA ♡

P O	8:00 RANNÁ VINYASA 60 min. s Lenkou aktívna lekcia	11:00 SENIOR JOGA 60 min. s Veronikou jemná lekcia	17:00 MINDFUL JOGA 60 min. aktívna lekcia	18:30 JOGA ZDRAVÝ CHRÁT 60 min. s Evou jemná lekcia	20:00 HATHA JOGA 60 min. s Ajkou jemná lekcia
U T			17:30 LIEČIVÁ JOGA prvky zdravý chrbát 60 min. s Miriam jemná lekcia	18:00 JOGA V PARKU lesopark Kvetnica nad lomom pri ohniskách 60 min. pre všetkých	19:00 VINYASA JOGA 60 min. s Lenkou aktívna lekcia
S T			16:10 JOGA ZDRAVÝ CHRÁT 60 min. s Maťou jemná lekcia	17:30 GRAVID JOGA 60 min. so Maťou jemná lekcia	19:00 JOGA ZDRAVÝ CHRÁT 60 min. s Maťou jemná lekcia
Š T		10:30 SENIOR JOGA 60 min. s Veronikou jemná lekcia		17:40 ASHTANGA JOGA 70 min. s Peťom vedená lekcia/led class	19:00 POWERJOGA 70 min. s Evou aktívna lekcia
P I	8:30 JOGA ZDRAVÝ CHRÁT 60 min. jemná lekcia			17:00 LIEČIVÁ JOGA prvky zdravý chrbát 70 min. jemná lekcia	
S O			PRIESTOR NA PRENÁJOM	17:00 SOUNDHEALING ŽENSKÝ KRUH MAMA A DCÉRA akcie sa striedajú	
N E	8:00 JOGA V ZÁHRADE Vila Mery jemná lekcia		09:30 POWERJOGA aktívna lekcia 70 min.	17:00 HYPNOTERAPIA JOGOVÉ STÍŠENIE 120 min. s Peťom	19:00 HUDBNÝ KÚPEĽ relax, regulácia nervového systému zvuky tibetských mís a liečivých nástrojov 60 min. s Nenou



ĎAKUJEME
ŽE SA
PRIHLASUJETE

