



Jóga v denním životě Prachatice vás zve na tyto kurzy v sezóně 2020/21

Prachatice (Zlatá stezka 145)

Pondělí (vede Síta Rojová)

- 9:30 – 10:30 Jóga pro seniory
10:45 – 11:30 Jóga pro rodiče s dětmi do 3 let
15:00 – 15:45 Jóga pro předškoláky a mladší školáky A
16:00 – 16:45 Jóga pro předškoláky a mladší školáky B
17:00 – 17:45 Jóga pro mládež z druhého stupně ZŠ a ze SŠ
18:00 – 19:30 Jóga pro pokročilé a mírně pokročilé

Úterý (vede Jirka Šobr)

- 17:30 – 19:00 Jóga proti bolestem zad

Středa (vede Pavlínka Šnelcerová a Jirka Šobr)

- 9:30 - 10:30 Jóga s hlídáním dětí Pavlínka
18:00 – 19:30 Jóga pro zdraví Jirka

Čtvrtek (vede Síta Rojová a Vašek Částka, asistuje Pavla Šnelcerová)

- 17:00 – 18:30 Jóga pro začátečníky
18:45 – 20:15 Jóga pro mírně pokročilé

Těší se na Vás skvělí cvičitelé:



Síta



Jirka



Pavlínka



Vašek



Dana

Síta Rojová +420 728 158 083 | Jirka Šobr +420 723 803 706 | Pavlínka Šnelcerová +420 728 157 477 | Vašek Částka +420 776 619 987 | Dana Zákostecká +420 777 732 220 | Jan Jarkovský +420 775 128 684

Cena: 1500/900 Kč za pololetí (800/600 Kč zvýhodněná cena). Oficiálně na všech místech začínáme od 30.9.2020, ale již nyní probíhají úterní kurzy v Prachaticích i kurzy ve Strakonících a Adamově.

Strakonice (Klub gymnázia Strakonice)

Pondělí (vede Dana Zákostecká)

- 16:00 – 17:25 Jóga pro začátečníky
17:30 – 19:00 Jóga pro mírně pokročilé

Netolice (Tyršova 547)

Středa (vede Vašek Částka)

- 18:30 – 20:00 Jóga pro všechny

Adamov (Sál oú)

Středa (vede Jan Jarkovský)

- 19:00 – 20:30 Jóga pro začátečníky a mírně pokročilé



Více informací a přihlášky na www.JogaPrachatice.cz