

JOGOU KE ZDRAVÉMU ŽIVOTNÍMU STYLU

PRAVIDELNÉ CVIČENÍ PRO ZÁJEMCE OD 15 LET

STŘEDA 17.30–19.00 

ZÁŘÍ 2018 – ČERVEN 2019 / LIPKA – PRACOVISŤE KAMENNÁ, KAMENNÁ 20, BRNO



JÓGA NABÍZÍ KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP K POZNÁNÍ TĚLA, MYSLI I DUCHOVNÍ CESTY

Na co se můžete těšit?

- ✦ Regeneraci a protažení těla, podporu správného dýchání a práci s energií
- ✦ Fyzické cviky, dechová cvičení, relaxační a meditační techniky
- ✦ Příležitostně také další jógové techniky, které umožní hlubší poznání duchovní cesty

Účastníci toužící po poznání dalších technik učení jógy (jako kriya jóga, puja, abišekam, jagna apod.) mohou na setkáních získat podrobné informace.

Cvičení vede a do technik vás zasvětit **Jiří Vorlíček**.

PŘIHLÁŠKY: Přihlášku na kurz najdete na www.lipka.cz v sekci Kroužky ([přímý link zde](#)).

ÚČASTNICKÝ POPLATEK: 1 500 Kč/školní rok nebo 70 Kč/lekce

KONTAKTNÍ OSOBA: Mgr. Jiří Vorlíček, E: jiri.vorlicek@lipka.cz, T: 736 473 730