

Jógový víkend - Medličky 6. – 8.10. 2023



se zaměřením

JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA

V programu jsou čtyři cvičební lekce jógy, workshop na téma „Mějme rádi svá chodidla“ (anatomie, fyziologie, vady, cvičení, spirální dynamika).

Kromě jógy a odpočinku v úžasném wellness je možné si užít výlety po krásné okolní přírodě Vysočiny.

Lektoři: Jitka Macháčková, Eva Čápková, Olga Wiesnerová.

Ubytování: dvoulůžkové a třílůžkové pokoje vybavené sociálním zařízením a TV.

Cena: 3700 Kč

Cena zahrnuje: ubytování se snídaní, jógový program, neomezený vstup do wellness (bazén, vířivka, sauny), ručníky a župan na pokoji, Wifi, parkovné a místní poplatky. Jednolůžkový pokoj za příplatek!

Přihlášky a bližší informace: jitka@vysocinazdrave.cz; mobil 603 890 818;
www.vysocinazdrave.cz

