

príd' a spoznaj jogu))(každá iná a predsa tvoja

YOGA WELLNESS WEEKEND

s JOGA))(VŠADE



Príd'te načerpať novú energiu po dlhých chladných mesiacoch či zimnom spánku a očistite svoju myseľ a telo v exkluzívnom prostredí za účasti certifikovaných inštruktorov Power a Asthanga jogy.

20.-21. február 2010

Birdland Golf & SPA Resort ★★★★★, Bük (kúpele), Maďarsko

sobota

- » Miška Hluchová - Wellnes yoga
- úvod do jogových cvičení v rámci relaxačného víkendu
- » Zuzka Plevová, Barbara Klučárová
Partner yoga - dynamické cvičenie vo dvojici
Free community class (Yoga basics)
- otvorená hodina pre všetkých - víkendových jogínov
aj ich doprovod ZADARMO
- » inštruktorky Joga)))(všade
Poweryoga classics - klasická powerjogová
hodina
- » Jarko Pávek - Ashtanga Vinyasa yoga
- tradičná ashtanga dávnych majstrov

nedel'a

- » Zuzka Plevová, Jarko Pávek
Sunrise yoga and meditation
- jemné prebudenie s jogou
- » Janka Kováčová - Bikram basic
- prečistenie tela a duše pomocou pozícií z bikram jogy
- » Zuzka Plevová - Take Away yoga
- balíček jogových pozícií na doma

Zmena termínov a miest vyhradená.

8 hodín jogy za 24 €

registračný poplatok

- 69 €** - ubytovanie + joga
(45 € - ubytovanie, 24 € - 8 hodín jogy)
- 45 €** - ubytovanie
(2-lôžkové izby s možnosťou prístelku,
pre 1-lôžkové izby nás kontaktujte mailom)

Cena zahŕňa 1 noc v 5-hviezdičkovom hoteli
(www.birdlandresort.hu) s raňajkami a počas celého
víkendu voľný vstup do vodného a saunového sveta
(3500m², 6 bazénov, 6 sáun, vírivky a termálne vody)

Obmedzená kapacita!

registrácia: www.jogavsade.sk
info: jogavsade@jogavsade.sk, 0905 011287

