



# JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

## Harmonie těla, mysli a duše

System višvagurua paramhanse svámiho Mahéšvaránandy

## Sdružení Jóga v denním životě Vás zve na pravidelné cvičení jógy v ADAMOVĚ

**KDY: od 11.10.2023 každou středu  
vždy od 18:30 do 20:00**

**KDE: Sál OÚ v Adamově**

**CENA: 100,- Kč / 70,- Kč**

Slevy platí pro studenty, matky na mateřské,  
důchodce a nezaměstnané



KONTAKT: tel. **776 760 050; 776 623 050**

[www.joga.cz](http://www.joga.cz)

S SEBOU: podložku na cvičení, lehký oděv s dlouhým rukávem, ponožky.  
Otevírá se 15 min. před zahájením. Vhodné pro každého od 15 let.

**kurz vede  
Irena Balounová**