

Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Bezpłatne zajęcia jogi: Ćwiczymy z wilkami



Data

16-07-2023r.

Godzina

11.00

Miejsce

KDK Hugonówka, ul. Mostowa 15 (polana)

Wstęp

bezpłatny

Treść

Konstanciński Dom Kultury (ul. Mostowa 15) zaprasza na bezpłatne zajęcia jogi dla wszystkich spragnionych ruchu i świeżego powietrza.

To świetna okazja, by zrobić coś dla ciała oraz ducha. Przez cały lipiec i sierpień w każdą niedzielę o godz. 11.00 na polanie przy Hugonówce (przy rzeźbie wilków) odbywać się będą zajęcia z jogi. Skierowane są do osób zarówno początkujących, jak i doświadczonych, bez ograniczeń wiekowych. Potrzebne jest jedynie wygodne ubranie oraz mata do jogi lub ręcznik. Zajęcia poprowadzi instruktorka ze Studia UDANA joga.

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/index.php/events/bezplatne-zajecia-jogi-cwiczymy-z-wilkami-0>