

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

Ćwiczmy z wilkami: Bezpłatne zajęcia jogi



Data

13-08-2023r.

Godzina

11.00

Miejsce

polana, KDK Hugonówka, ul. Mostowa 15

Wstęp

bezpłatny

Treść

Konstanciński Dom Kultury zaprasza na bezpłatne zajęcia jogi dla wszystkich spragnionych ruchu i świeżego powietrza. Spotykamy się w każdą niedzielę wakacji o godz. 11.00.

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) odbywają się bezpłatne zajęcia jogi. Są one skierowane do osób zarówno początkujących, jak i doświadczonych, bez ograniczeń wiekowych. Potrzebne jest jedynie wygodne ubranie oraz mata do ćwiczeń lub ręcznik. Zajęcia poprowadzi instruktorka ze Studia UDANA joga.

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/index.php/events/cwiczymy-z-wilkami-bezplatne-zajecia-jogi-2>