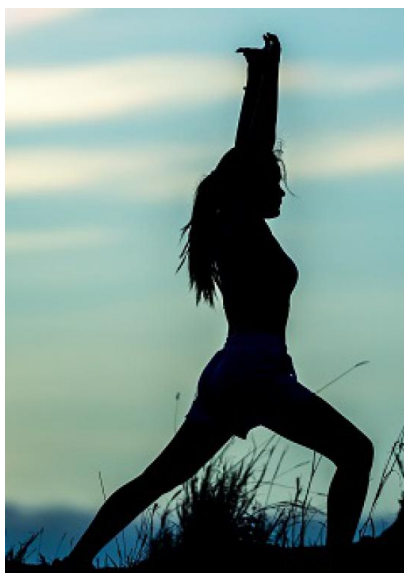


Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Park Zdrojowy: Bezpłatne zajęcia jogi



Data

10-07-2024r.

Godzina

18.00

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 co dwa tygodnie w środy o godz.18.00.

To świetna okazja, by zrobić coś dla ciała oraz ducha. Przez cały lipiec i sierpień, w każdą środę o godz. 18.00, 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 Julia Kurmanowska, dyplomowana nauczycielka Hatha-jogi według metody B.K.S. Iyengara.

Adres źródłowy: <https://www.konstancinjeziorna.pl/events/park-zdrojowy-bezplatne-zajecia-jogi>