

Joogakurssi

lauantaisin 17.1.-7.2.09
klo 10.30-11.30



*Tervetuloa aloittamaan lauantait ihanalla Integral Hatha joogalla!
Jooga rentouttaa sekä parantaa tasapainoa, notkeutta ja voimaa. Joogakurssi
sopii kaikille. Tervetuloa tunnille, joka virkistää kehoa sekä mieltä!*

*Joogaan ei tarvitse ilmoittautua etukäteen. Tunti täytetään
saapumisjärjestyksessä.*

Kanta-asiakkaille joogakurssi on ilmainen !

(Joogatuntien hinta muille asiakkaille 10 €/kerta)

Tuntia ohjaa vieraileva joogaohjaaja:
Maija Leino

