JOGA VŠADE

# yoga day

známy ako **YOGA OPEN AIR**

## Zažite JOGU live!

**18.10.2014** Academia Universum
Mlynské nivy 34, BRATISLAVA

**Zažite spojenie inštruktorov, ktorí ponúkajú kúsok seba.**

## Už 4x sa stretávame a sme tu pre Vás.

Ponúkame Vám jedinečné spojenie jogovej teórie a praxe, možnosť ďalšieho vzdelávania a príležitosť zacvičiť si.
Ponúkame novú inšpiráciu, tradičné a nové štýly relaxácie a dýchanie v pohybe. Diskusie, učenia a cvičenia, prienik do hlbších asán a precítenejšej meditácie.

## Deň strávený s JOGOU a TOP inštruktormi zo Slovenska a Vaškom z Čiech.

Prevedieme Vás rôznymi úrovňami jogy – teóriou, terapiou, dychom a asánami.
V rámci YOGA DAY Vám ponúkne:

- Ashtanga yoga s Jarkom Pávekom
- Evolution yoga so Zuzkou Plevovou
- Jogová terapia a dych s Vaškom Krejčíkom
- Vinyasa yoga s Ninou Menkynovou
- Yoga Two Souls s Miškou Hluchovou a Adrianou Seidler
- Teoretická časť formou panelovej diskusie so všetkými inštruktormi

## Svoj YOGA DAY si môžete upraviť podľa Vašich predstáv, vyberte si jeden z našich troch balíčkov:

### Ranný balík

10.00 - 11.30 Ashtanga yoga
11.45 - 12.45 Yoga Two Souls
13.00 - 14.00 Teoretická časť

(29€ do 25.09.2014)
(34€ od 26.09.2014)

### Poobedný balík

14.00 - 15.00 Evolution yoga
15.15 - 16.15 Vinyasa yoga
16.30 - 17.30 Jogová terapia a dych

(29€ do 25.09.2014)
(34€ od 26.09.2014)

### Yoga Day balík

10.00 - 11.30 Ashtanga yoga
11.45 - 12.45 Yoga Two Souls
13.00 - 14.00 Diskusia
14.00 - 15.00 Evolution yoga
15.15 - 16.15 Vinyasa yoga
16.30 - 17.30 Jogová terapia a dych

(34€ do 25.09.2014)
(36€ od 26.09.2014)

**Registrujte sa**
a jogový balík si vyberte na
**www.jogavsade.sk**
info aj na 0905 011287

Zmena programu vyhradená. Kapacita obmedzené.

**www.jogavsade.sk**