

h happyrozh

podzim 2018



po

08:30 - 09:45	POWER VINYASA YOGA
14:30 - 15:20	JÓGA PRO NÁCTILETÉ 11+ (kurz od října)
15:30 - 16:20	JOGÍNCI 3 - 6 LET (kurz od října)
16:30 - 17:45	POWER VINYASA YOGA
18:00 - 19:15	POWER VINYASA YOGA
19:30 - 20:30	JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA

út

07:00 - 08:15	SUNRISE YOGA
09:30 - 10:45	POWER VINYASA YOGA
11:30 - 12:30	LUNCH YOGA - PRO ZDRAVÁ ZÁDA
14:30 - 15:20	JOGÍNCI 7 - 11 LET (kurz od října)
15:30 - 16:20	JOGÍNCI 3 - 6 LET (kurz od října)
16:30 - 17:45	HATHA YOGA (kurz)
18:00 - 19:15	POWER VINYASA YOGA
19:30 - 20:45	HATHA YOGA

st

06:30 - 08:30	ASHTANGA YOGA - MYSORE
08:30 - 09:45	POWER VINYASA YOGA
11:30 - 12:30	LUNCH YOGA
15:30 - 16:20	JOGÍNCI 7 - 11 LET (kurz od října)
16:30 - 17:30	JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA
18:00 - 19:15	HATHA YOGA
19:30 - 20:45	POWER VINYASA YOGA



čt

07:00 – 08:15	SUNRISE YOGA
10:00 – 11:15	HATHA YOGA
11:30 – 12:30	LUNCH YOGA
14:30 – 15:20	JÓGA PRO NÁCTILETÉ 11+ (kurz od října)
15:30 – 16:20	JOGÍNCI 7 - 11 LET (kurz od října)
16:30 – 17:45	JÓGA - ZAČÍNÁM, DÝCHÁM, JSEM... (kurz)
18:00 – 19:15	YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH
19:30 – 20:45	POWER VINYASA YOGA

pá

06:30 – 08:30	ASHTANGA YOGA - MYSORE
08:30 – 09:45	POWER VINYASA YOGA
11:30 – 12:30	LUNCH YOGA FIT & SLIM
16:30 – 18:00	YIN/YANG YOGA
18:15 – 19:15	VITÁLNÍ (HORMONÁLNÍ) JÓGA (kurz)

so

08:30 – 09:45	POWER VINYASA YOGA
10:00 – 11:15	POWER VINYASA YOGA
18:00 – 19:15	YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH (od října)

ne

08:00 – 09:30	ASHTANGA YOGA
10:00 – 11:15	HAPPY SUNDAY YOGA
11:30 – 12:30	PRENATAL/POSTNATAL YOGA
16:30 – 17:45	POWER VINYASA YOGA (od října)
18:00 – 19:15	YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH

