

h happyrozh

od 6. ledna 2020



po

home

08:30 – 09:45

POWER VINYASA YOGA

11:30 – 12:30

LUNCH YOGA

16:30 – 17:45

VINYASA FLOW YOGA



18:00 – 19:15

VINYASA FLOW YOGA

19:30 – 20:30

JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA

sun

16:30 – 17:45

JÓGA-ZAČÍNÁM, DÝCHÁM, JSEM... (kurz)

18:00 – 19:15

YIN/YANG YOGA



19:30 – 20:45

HATHA YOGA (kurz)

út

home

07:00 – 08:15

SUNRISE YOGA

09:30 – 10:45

POWER VINYASA YOGA

11:30 – 12:30

LUNCH YOGA - PRO ZDRAVÁ ZÁDA

16:30 – 17:45

ASHTANGA VINYASA YOGA



18:00 – 19:15

VINYASA FLOW YOGA

19:30 – 20:45

POWER VINYASA YOGA

sun

15:15 – 16:15

PRENATAL/POSTNATAL YOGA

16:30 – 17:45

HATHA YOGA (kurz)



18:00 – 19:00

JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA

19:30 – 20:30

PRANAYAMA&MEDITACE





st

home

06:30 – 08:00 ASHTANGA YOGA - MYSORE

08:30 – 09:45 POWER VINYASA YOGA

11:30 – 12:30 LUNCH YOGA

16:30 – 17:45 VINYASA FLOW YOGA

18:00 – 19:15 ASHTANGA VINYASA YOGA

19:30 – 20:45 POWER VINYASA YOGA

sun

16:30 – 17:30 JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA

18:00 – 19:15 HATHA YOGA

19:30 – 20:45 HATHA&YIN&SOUND BATH



čt

home

07:00 – 08:15 SUNRISE YOGA

10:00 – 11:15 HATHA YOGA

11:30 – 12:30 LUNCH YOGA - PRO ZDRAVÁ ZÁDA

16:30 – 17:45 VINYASA FLOW YOGA

18:00 – 19:15 ASHTANGA VINYASA YOGA (kurz)

19:30 – 20:45 POWER VINYASA YOGA

sun

16:30 – 17:45 VITÁLNÍ (HORMONÁLNÍ) JÓGA (kurz)

18:00 – 19:15 YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH

19:30 – 20:45 HATHA YOGA



pá

home

06:30 – 08:00 ASHTANGA YOGA - MYSORE

08:30 – 09:45 POWER VINYASA YOGA

11:30 – 12:30 LUNCH YOGA FIT&SLIM

16:30 – 18:00 ASHTANGA VINYASA YOGA

sun

07:00 – 08:15 SUNRISE YOGA

16:30 – 18:00 YIN/YANG YOGA

18:00 – 19:15 VITÁLNÍ (HORMONÁLNÍ) JÓGA (kurz)



SO

home

08:30 – 09:45

VINYASA FLOW YOGA



10:00 – 11:15

POWER VINYASA YOGA

sun

18:00 – 19:15

YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH



ne

home

08:30 – 10:00

ASHTANGA YOGA

16:30 – 17:45

POWER VINYASA YOGA



18:00 – 19:15

VINYASA FLOW YOGA

19:30 – 20:45

POWER VINYASA YOGA

sun

10:00 – 11:15

HAPPY SUNDAY YOGA

11:30 – 12:30

PRENATAL/POSTNATAL YOGA

16:30 – 17:30

JÓGA PRO ZDRAVÁ ZÁDA



18:00 – 19:15

YIN YOGA - RELAXACE PŘI SVÍČKÁCH

19:30 – 20:45

HATHA&YIN&SOUND BATH

