

JÓGA

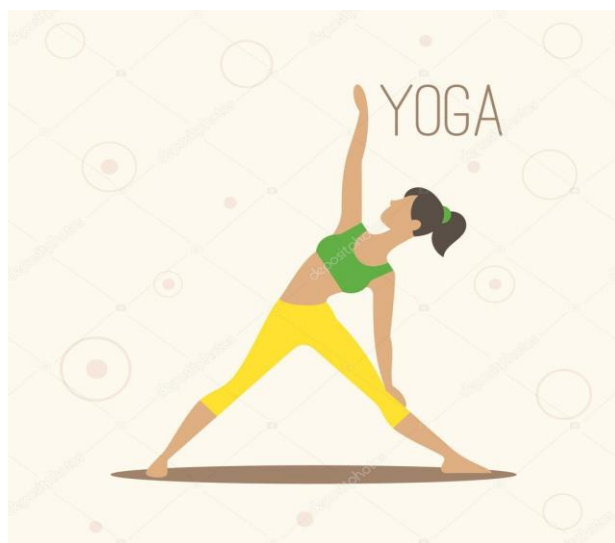
pro zdravé tělo

*Nevadí, že jste nikdy necvičili a třeba nedáte ruce
na zem, ale...*

...chcete uvolnit a posílit svoje tělo

...potřebujete se zrelaxovat a uklidnit

...bolí vás záda



Kdy: každý čtvrtek, 19.3.2026 v 18:30 začínáme

Kde: Horní Bezděkov, obecní úřad

S sebou: karimatku, pohodlné oblečení, mikinu, deku

Více info: janecmi@seznam.cz

Přijďte vyzkoušet. :) Na všechny se těší Mirka Janečková.:)