



Rodinné centrum
POHODA

PROSTOR PRO

obecně prospěšná společnost

GO-YOGA

Jóga určena pro seniory.



Každý čtvrtek 18:00 – 19:00.

Stárnutí je přirozené, ale můžeme ho zpomalit díky cvičení jógy. Cvičení má pozitivní vliv jak na fyzickou kondici, tak na psychiku.

I love my darkside...

Rezervace na pohoda@prostorpro.cz nebo na tel. 495 262 202.

Informace o cvičení u lektorky Markéty Holé T: 724 021 602

Kurz 24 lekcí/1440 Kč, jednotlivé vstupné/80 Kč.

Rodinné centrum POHODA

Najdete nás v ulici Čajkovského 1861 (naproti Centru mladých), 500 09 Hradec Králové – Malšovice
495 262 202 / pohoda@prostorpro.cz / www.prostorpro.cz