

„JOGA U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU“

VJEŽBAJTE I OVE GODINE U PARKOVIMA I NA PLAŽAMA HRVATSKE

Joga u svakodnevnom životu, prva škola joge koja je krenula sa ljetnim programom u parkovima i na plažama širom Hrvatske, nastavlja sa besplatnim programom vježbanja i ove godine. Program je već 12 godina dostupan svima i prilagođen svima, bez obzira na dob, spol ili fizičku kondiciju.

Prilagođavamo se vama, tako da uživati u jogi mogu i oni slabije fizičke kondicije kao i vrhunski sportaši. Pridružite nam se ovog ljeta, pokrenite se, probajte, učinite nešto za sebe!

Kao i uvijek, na istim sada već tradicionalno „našim“ lokacijama i u ista vremena.



Opustite se s nama, naučite ispravno disati, dovedite svoje tijelo, um i duh u ravnotežu i sklad. „Jogu u prirodi“ možete vježbati i u vašem gradu, potpuno besplatno, pod vodstvom naših instruktora koji nakon dugogodišnje intenzivne izobrazbe polažu međunarodni ispit.

Pridružite nam se od 1. srpnja do 31. kolovoza udobno odjeveni i sa prostirkom :

U Zagrebu - Info [091/461 3358](tel:0914613358)

- Park Maksimir - kod velike pozornice, ispod trećeg jezera; srijedom 7-8 h
- Jarun - livada uz Aleju Matije Ljubeka (između ulaza Hrvatskog Sokola i ulaza Hrgovići); subotom 18-19 h
- Bundek - kod jezera; subotom 18-19 h

U Samoboru - Info [091/461 3358](tel:0914613358)

- Šetalište Dr. Franje Tuđmana, iza Muzeja; srijedom 19-20 h

U Karlovcu - Info [091/896-3654](tel:0918963654)

- Vrbanićev perivoj - park ispred hotela „Korana Srakovčić“; utorkom 19-20 h od 1. do 31. kolovoza

U Varaždinu – Info [098/ 933 3575](tel:0989333575)

- Park Ivana Pavla II; ponedjeljkom 19-20 h

U Splitu - Info [099/258 5754](tel:0992585754)

- Plaža "Bačvice", u sklopu kompleksa na betonskoj ravnoj površini tik uz more; srijedom 6-7 h

U Labinu - Info [095/915 8271](tel:0959158271)

- Park Zelenice (iza OTP banke) subotom 7-8 h

U Rovinju - Info [099/21 25 098](tel:0992125098)

- Plaža nasuprot bolničkog naselja; Ponedjeljkom 19-20 h

U Umagu - Info [091/900 6348](tel:0919006348)

- Moela, Plaža "Afrika", srijedom 6- 7 h od 1. do 31. srpnja

U Puli - Info [098/219-606](tel:098219606),

- Park šuma Šijana; srijedom 6-7 h od 1. do 31. srpnja

U Rijeci - Info [091/9111 370](tel:0919111370)

- Riječki lukobran - Molo longo (iza Terminal kluba); srijedom 6-7 h

Vježbe su prilagođene svim dobnim skupinama, fizičkoj kondiciji i zdravstvenom stanju vježbača.

Dobrodošli!

Joga u svakodnevnom životu

www.yoga-in-daily-life.hr