

Joga

Taneční jóga

Zdravá záda

Balet Barre

Zdravá záda

Dostaňte svá záda do dobré kondice cvičením jógy. Zlepšete flexibilitu, posilte svaly a zbavte se bolesti.



Zdravá záda

Úterý

7:00 - 8:00

Pátek

9:00 - 10:00

Taneční jóga

Pondělí

8:00 - 9:00

Neděle

18:00 - 19:00



Taneční jóga

Uvolněte svůj potenciál prostřednictvím taneční jógy. Kombinace energie tance s hloubkou jógy harmonizuje tělo i duši.

Balet Barre

Vyzkoušejte jedinečnost Ballet Barre - kombinace pevnosti baletu, síly jógy a pružnosti pilatesu. Posuňte své hranice pomocí elegantního a efektivního cvičení!



Balet Barre

Pondělí

12:00 - 13:00

Přihlaste se na lekci
telefonicky
nebo přes instagram

150 Kč
Zkušební
cvičení



Tel: +420 773 646 076

Instagram: yoga_dance_soul

KC Zlaták

Pod Zahrady 632, Přezletice