

Relaxační a regenerační víkend v přírodě

21.-23.9.2018



Můžete se těšit na:

- ✓ procházky nádhernou přírodou
- ✓ meditace a léčivé dechové techniky
- ✓ terapeutickou jógu a pilates
- ✓ energii dodávající tanec a „létání“
- ✓ společné kreativní tvoření
- ✓ masáže i dobré čaje (a třeba i vína :o)

Plná penze (od páteční večere, do nedělního oběda) – lahodná vegetariánská jídla od sympatického mladého kuchaře :o).

Dostatek času na čtení, spánek ...

Zacvičí si **pokročilé jogínky i úplné začátečnice** – individuální přístup.

Cena za osobu 3 450 Kč (ubytování 2-4 lůžkové, plná penze, jóga, pilates, tanec, relaxační techniky). Masáže nejsou v ceně.

Přihlášky a více informací:

ivona@pilates-power-joga.cz, 605 432 591

www.pilates-power-joga.cz, FCB – jóga a pilates s Ivonou

Těším se na krásné společné zážitky! Ivča

