



Harmonie těla, mysli a duše

# Zveme Vás na nové kurzy Jógy v denním životě Liberec únor – červen 2023

Slavíčkova 522/5, Liberec III – Jeřáb  
Oldřichova 849/7, Liberec III – Jeřáb

„Každý člověk si přeje žít v souladu se sebou samým i s prostředím, které jej obklopuje. Dnešní doba ovšem v mnoha oblastech klade stále vyšší fyzické i psychické nároky, a tak stále více lidí trpí tělesným i psychickým napětím, jehož projevem je stres, nervozita, nespavost. To vše má svůj dopad i na pohybový aparát. Proto v současné době mají čím dál tím větší význam metody a techniky, které slouží k získání a zlepšení zdraví a k obnově tělesné, duševní i duchovní harmonie. Systém „jóga v denním životě“ ukazuje, jak si člověk může sám pomoci.“

**Paramhans Svámí Mahéšvaránanda**



**STŘEDA - S**

Kurz pro mírně pokr. 19,00 – 20,30

**ČTVRTEK - S**

Kurz pro mírně pokr. 19,00 – 20,30



**STŘEDA - O**

Kurz pro začátečníky 16,00 – 17,30

**ČTVRTEK - O**

Kurz pro začátečníky 16,30 – 18,00



**PŘIHLÁŠENÍ ON-LINE NA WWW.JOGA.CZ**

počet míst je omezený

**Info:** tel. 724 765 715 nebo liberec@joga.cz

facebook.com/joga.cz.Liberec/

Informační tabule v ul. Frýdlantská.