

[www.joga.cz/praha](http://www.joga.cz/praha)

**21. června od 16:30**

společně oslavíme

# 7. MEZINÁRODNÍ Den Jógy

 **Karlovo náměstí – jižní část**

## PROGRAM OSLAV

- |                    |                                                                                   |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>16:30-16:50</b> | Slavnostní zahájení na Karlově náměstí (na trávníku u výstupu z metra směr Moráň) |
| <b>16:50-17:00</b> | Cvičení dětí z MŠ Happy Child                                                     |
| <b>17:00-17:30</b> | <b>Jóga proti bolestem v zádech</b>                                               |
| <b>17:40-18:10</b> | <b>Cvičení pro začátečníky</b> podle systému Jóga v denním životě                 |
| <b>18:20-18:50</b> | <b>Jóga na podporu vitality</b>                                                   |
| <b>18:50-19:00</b> | Prostor na dotazy a diskusi - klidně i déle                                       |
| <b>19:00-20:00</b> | Mantra Ánanda Band - zazpívejte si s námi indické mantry                          |
| <b>20:00</b>       | Zakončení akce                                                                    |

Akce se koná pod záštitou starostky MČ Praha 2 Mgr. Jany Černochové.

**Vstup na cvičení je zdarma.**

 [jogavdennimzivote.cz](https://www.facebook.com/jogavdennimzivote.cz)



Harmonie těla, mysli a duše



Yoga for Harmony & Peace

 **MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 2**

