

# Kompletní rozvrh cvičení “yoga light studia”

(Platný k 29.05.2019)

Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek	Sobota	Neděle
	09.00 - 10.00 Powerjóga <i>Katka</i>				09.00 - 10.00 Hathajóga <i>Veronika</i>	
09.30 - 10.30 Jóga pro zdravá záda (vhodné i pro těhotné) <i>Katka L.</i>				12.30 - 13.30 Polední jóga <i>Katka</i>		
14.30 - 15.30 Cvičení rodiče s dětmi <i>Vendulka</i>						
16.00 - 17.00 Jóga (i pro začátečníky) <i>Gábina</i>				16.00 - 17.00 Powerjóga <i>Gábina</i>		
17:30 - 18.30 Jóga (i pro začátečníky) <i>Gábina</i>		17:30 - 18.30 Powerjóga <i>Gábina</i>	17:30 - 18.30 Powerjóga <i>Katka</i>	17:30 - 18.30 Jin jóga <i>Gábina</i>		
19.00 - 20.00 Powerjóga <i>Katka</i>	19.00 - 20.00 Páteř plná síly a zdraví ... <i>Maruška</i>	19.00 - 20.00 Jóga pro zdravá záda <i>Katka L.</i>	19.00 - 20.00 Makko-Ho <i>Jana</i>			19.00 - 20.00 Powerjóga <i>Miša</i>

Na cvičení je nutná REZERVACE přes rezervační systém <https://gijoga.fitsyst.com/>.

yoga light studio - Gabriela Ingeli  
náměstí starosty Pavla č. 5 (Zelený dvůr), 272 01 Kladno  
tel. 774 887 771