

Zveme Vás na setkání cvičenců

Taj-czy

Setkání se koná **5. dubna 2008** v tělocvičně na Masarykově nádraží.

Sejdeme se v 8.30 u nástupiště č. 7 u vchodu s nápisem jóga.
Cvičení začíná v 9 hodin, předpokládaný konec je v cca 15 hodin.

Cvičit budeme Kouli v řece, Taj-czy sestavu 24 forem, rozcvičku na klouby a páteř. Po cvičení bude následovat masáž a celý den ukončíme meditací.

Cena je 300,- Kč.

V ceně je nájem tělocvičny, cvičení, malé občerstvení, čaj a voda.
S sebou sportovní oblečení a karimatku na meditaci.

Setkání povedou instruktoři Borise Tichanovského: *Alena Chmelová, Petr Lacina a Alena Řípková, Markéta Čermáková, Martin Procházka.*

----- Přihláška -----

Jméno a příjmení

Adresa

Mobilní telefon

E-mail

Datum a podpis

Záloha 150,- Kč se platí při odevzdání přihlášky, zbytek v den cvičení.

Zveme Vás na setkání cvičenců

Taj-czy

Setkání se koná **5. dubna 2008** v tělocvičně na Masarykově nádraží.

Sejdeme se v 8.30 u nástupiště č. 7 u vchodu s nápisem jóga.
Cvičení začíná v 9 hodin, předpokládaný konec je v cca 15 hodin.

Cvičit budeme Kouli v řece, Taj-czy sestavu 24 forem, rozcvičku na klouby a páteř. Po cvičení bude následovat masáž a celý den ukončíme meditací.

Cena je 300,- Kč.

V ceně je nájem tělocvičny, cvičení, malé občerstvení, čaj a voda.
S sebou sportovní oblečení a karimatku na meditaci.

Setkání povedou instruktoři Borise Tichanovského: *Alena Chmelová, Petr Lacina a Alena Řípková, Markéta Čermáková, Martin Procházka.*

----- Přihláška -----

Jméno a příjmení

Adresa

Mobilní telefon

E-mail

Datum a podpis

Záloha 150,- Kč se platí při odevzdání přihlášky, zbytek v den cvičení.