



PRANAVA JOGA
CENTRUM

Rozvrh lekcí

LEDEN - BŘEZEN 2026

PONDĚLÍ

16.30 - 17.30 **M**
Jóga pro harmonizaci
Lenka

17.45 - 18.45 **M**
Jógalates
Renáta

19.00 - 20.30
Terapie Jógou
Kristýna

ÚTERÝ

16.30 - 17.30 **M**
Power Flow
Iris

18.00 - 19.00 **M**
Jóga pro radost z pohybu
Marianna

19.15 - 20.15
Individuální lekce
Iris

STŘEDA

17.00 - 18.00 **M**
Jógalates
Renáta

19.00 - 20.30
Hatha Vinyasa Flow
Martin

ČTVRTEK

16.30 - 17.45
Jóga pro zdravá záda
Míša

18.00 - 19.00 **M**
Jóga pro zdravá záda
Míša

19.15 - 20.15 **M**
Vinyasa Flow
Iris

Informace ke kurzům

- Daný kurz probíhá vždy 1x týdně. Lekce mají 60-90 minut.

Registraci se přihlašujete za zvýhodněnou cenu ke všem lekcím kurzu.

Není-li kurz naplněn, lze lekce navštěvovat jednorázově, mimo kurz.

M - MultiSport karty

- Karta platí pouze na 60 minutové otevřené lekce.
- MultiSport rezervace je nutné platit zálohovým kreditem 200 bodů, který je po načtení karty klientovi navrácen.



PRANAVA JOGA CENTRUM s.r.o.

Ladislava Ševčíka 420/26

Ostrava - Hulváky

info@pranavajoga.cz

www.PRANAVAJOGA.cz