

# RAJA-HATHAJOOGA

Keskiviikkoisin

23.1.-17.4.

klo:17.00 -18.30

Ohjaaja: Ada Blomqvist

**KANNATTAA  
TUTUSTUA!**

Kauden loput

tunnit 95eur

Kaisaniemen ala-aste

(Puutarhakatu 1)

**HUOMIOITHAN**, että tunnilla voit käydä 5-10 kerran korteilla sekä Anytime-kortilla. (Kortit ostettavissa Joogahuoneella)  
**OMA JOOGAMATTO MUKAAN!**

## ILMOITTAUTUMINEN JA LISÄTIETOJA

puh. 044 215 2523

ma-to klo 11-14, [www.joogahuone.fi](http://www.joogahuone.fi)

ADA aloitti joogan harjoituksen vuonna 2007 ja suoritti joogaohjaajan intensiivikoulutuksen Himalajan vuoristossa vuonna 2011 ja on siitä alkaen jatkuvasti ohjannut Hatha- ja Raja-joogaa niin nuorille, kuin varttuneillekin.



## Joogahuone

Helsingin Joogayhdistys ry

