

Hathajoogan ALKEISKURSSI

18–19.12.2017 klo: 17.00–19.00



Ohjaaja: Sina Varhee
Hinta: 30eur

Ilmoittautuminen: www.joogahuone.fi
tai ma-to klo: 11–14 puh. 044-215 2523

2 KERRAN ALKEISKURSSI on hyvä ja helppo tapa aloittaa joogaharrastus tai verryttää henkiin vanhat opit.

TÄLLÄ KAHDEN KERRAN alkeiskurssilla käydään läpi seisoma-, istuma-, kierto- ja ylösalaiset asanat, kiinnittäen huomiota asanoiden huolelliseen työskentelyyn.



Joogahuone
Helsingin Joogayhdistys ry

