



# LUUT SYDÄMEN ASIAKSI

KURSSI SINULLE JOKA OLET KIINNOSTUNUT luustoa suojaavasta, uudistavasta ja vahvistavasta liikunnasta. Tunnit ovat lempeitä. Aikaisempaa kokemusta joogasta ei tarvitse olla.

Maanantaisin  
10 kerran kurssi,  
7.1.-11.3.2019  
klo 14.30-15.30



88 eur ei jäsenet/75 eur jäsenet  
(Helsingin Joogayhdistyksen)  
Tunneilla voi käydä myös kertamaksulla,  
10 eur/kerta.

Ohjaaja Leena Karmakallio

Ilmoittautumiset ma-to klo 11-14  
puh. 044-215 2523 tai  
[www.joogahuone.fi](http://www.joogahuone.fi)



**Joogahuone**  
*Helsingin Joogayhdistys ry*

