

GRAFIK ZAJĘĆ od września 2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
18:00-19:00 Joga 1 Mariusz	18:00-19:00 Pilates dla średniozaawansowanych - sprzęt i mata Olga	18:00-19:00 Joga 1 Mariusz	18:00-19:00 Pilates relaks + zdrowy kręgosłup Olga	18:00-19:00 Joga 1 Mariusz
19:00-20:15 Joga kolorowa Mariusz	18:00-19:00 Kurs jogi dla początkujących od 1.10 (grupa zamknięta) Mariusz	19:00-20:15 Joga kolorowa Mariusz	18:00-19:00 Kurs jogi dla początkujących od 1.10 (grupa zamknięta) Mariusz	19:00-20:15 Joga kolorowa Mariusz
19:00-20.30 Gimnastyka słowiańska* od 16.09 Marta	19:00-20:00 Kurs jogi dla początkujących od 17.09 (grupa zamknięta) Mariusz	18:00-19:30 Yin joga* od 18.09 Natalia	19:00-20:00 Kurs jogi dla początkujących od 17.09 (grupa zamknięta) Mariusz	19:00-20:00 Bodyart od 20.09 Beata
	19:00 i 20:00 Cantienica* Dorota		*19:00-20:00 Joga nidra/koncert mis i gongów* Kasia i Beata	
	20:15-21:15 Joga początkująca plus Mariusz		19:00 i 20:00 Cantienica* Dorota	
			20:15-21:15 Joga początkująca plus Mariusz	

Na zajęcia obowiązują zapisy tel. 789 099 558 lub info@ogrodharmonii.pl – respektujemy karty Multisport plus, Fitprofit i Ok system

Na zajęcia Gimnastyka Słowiańska obowiązują odrębne karnety – zapisy u Marty tel. 505 273 837

Na zajęcia Cantienica obowiązują odrębne karnety – zapisy u Doroty tel 506 110 200

Na zajęcia Yin joga obowiązują odrębne karnety – zapisy u Natalii tel 574 444 035

Na koncert mis i gongów - zapisy u Kasi tel. 790 206 470

Na zajęcia Joga nidra obowiązują odrębne karnety - zapisy u Beaty tel. 503 737 464