



BFIT
yoga studio

YOGA

víkend

s Jitkou Strakovou



2023

**24. – 26.
listopadu**

Hotel Panská Zahrada
Dobřichovice

**Jógový program je věnován
terapii pro zdravá záda:**

Pátek 17:30 - 19:00 Jógová terapie zdravá záda

Sobota 7:30 - 9:00 Ranní refresh + pránájáma

16:30 - 17:30 Krátký teoretický úvod
do jógové terapie

17:45 - 19:00 Ásana a práce
s dechem v praxi

Neděle 7:30 - 9:00 Ranní refresh se zaměřením
na ramenní a kyčelní klouby

Dobřichovice je malebné městečko cca 25 km
od Prahy na toku řeky Berounky.

Cena 4 000,-

Cena zahrnuje: ubytování,
parkování, snídaní, vstup do
wellness a jógový program

REZERVACE:

info@bfityogastudio.cz
+420 602 315 616

www.bfityogastudio.cz

Sledujte nás také na našem facebooku a instagramu   @bfityogastudio