



Morska  
Akademia  
Jogi  
Jolanta Morska  
tel. kom.: 606 246 915, e-mail: [jif@poczta.onet.pl](mailto:jif@poczta.onet.pl)

*Zapraszamy na zajęcia:*

# *Joga dla*

*zaawansowanych i początkujących*

**Przyjdź na zajęcia JOGI:**

- Jeżeli brakuje Ci ruchu i chcesz bezpiecznie zrzucić kilka kilogramów,
- Jeżeli cierpisz na dolegliwości wady postawy i schorzenia kręgosłupa,
- Jeżeli narażony jesteś na ciągły stres i chcesz poprawić swoje samopoczucie,

**To propozycja dla Ciebie! Przyjdź i spróbuj!**

**w każdą ŚRODĘ**

**w godz. 17<sup>00</sup> – 18<sup>30</sup>**



**Zabrze, KLUB „KWADRAT” Z.S.M. ul. Ślęczka 8**

**INFORMACJE BLIŻSZE - INSTRUKTOR: ☎ 606 246 915**

**ZAPRASZAMY**