



W każdą wakacyjną niedzielę, od 29 czerwca do 27 lipca 2014 r., miłośnicy jogi i aktywnego wypoczynku mogą brać udział w plenerowych ćwiczeniach jogi. Zajęcia odbywają się w Parku Miejskim na Bydgoskim Przedmieściu w Toruniu.

W zajęciach mogą uczestniczyć zarówno osoby, które nigdy wcześniej nie miały styczności z jogą, jak i ci, którzy o tę dziedzinę zdążyli się już otrzeć w różnym stopniu. Zapraszamy w każdą niedzielę od 29 czerwca do 27 lipca 2014 r. w godz. 10.00-11.30 do Parku Miejskiego na Bydgoskim Przedmieściu - tereny rekreacyjne nad Martówką (dolna część parku).

Ideą projektu „Joga w parku” jest promocja zdrowego, aktywnego i naturalnego stylu życia. Joga jest systemem ćwiczeń dostępnym dla każdego. Pomaga zachować dobrą kondycję i zdrowie, jak i pozwala wrócić do równowagi ciała i ducha, jeśli została ona zachwiana.

„Joga w parku” to szansa na aktywny wypoczynek dla mieszkańców Torunia i zaproszenie ich do wspólnej praktyki jogi. Gwarantujemy prawdziwy wakacyjny

relaks i atmosferę pełną pozytywnej energii.

Wstęp wolny.

- [Go back](#)
- [Share on: X](#)
- [Share on: FB](#)
- [Print](#)
- [PDF](#)