

Jooga workshop 15.2.25

**Aurinkovoimaa
joogasta,
mielenhallintaa
pranayamasta ja
meditaatiosta**

Aikataulu

- klo 8.00-9.30 aamujooga & pranayama
- Aamupala hotellilla klo 10.30 saakka (omakustanne 18€)
- klo 11-12 joogafilosofia
- klo 12-13.15 voimajooga & meditaatio

- Paikka GoFit Kalajoki, Jukupolku 3
- Hinta 49€/ 44€ GoFit jäsenet
- Minimi osallistujamäärä 6 hlö

**Ohjaaja Nita Lahnalampi,
Ilmoittautumiset viim. 11.2.
GoFit puh. 044 565 9317**

**IG: @yoga_with_nita
FB: @yoga with Nita**

www.nitalahnalampi.fi

