

12 lipca 2024



## Joga w ogrodzie włoskim - bezpłatne, wakacyjne zajęcia w muzeum

Zapraszamy na VIII edycję Jogi w ogrodzie włoskim, na tyłach Dawnego Pałacu Biskupów Krakowskich w Kielcach. W każdą sobotę od godziny 10.00 do 11.00 można wziąć udział w darmowych zajęciach prowadzonych przez doświadczonych instruktorów.

### Harmonogram zajęć:

- 13.07 - Vinyasa Joga - Olga Kowalińska
- 20.07 - Joga Flow - Anna Andrzejczak-Wilk
- 27.07 - Joga dla kręgosłupa - Oliwia Fiuk
- 3.08 - Joga dla kobiet w ciąży - Katarzyna Florecka
- 10.08 - Pilayoga - Karolina Połec
- 17.08 - Joga relaksacyjna - Agnieszka Żelazny

24.08 - Joga dla kręgosłupa - Joanna Sebastian

31.08 - Vinyasa Joga - Anna Karpińska

(w razie niepogody zajęcia odbędą się we wnętrzach pałacowych)

### **Wstęp bezpłatny!**

Rezerwacja miejsc dostępna jest online na stronie: [www.studioruchu.com](http://www.studioruchu.com) lub przez aplikację Studio Ruchu Mięta.

Po zakończeniu zajęć serdecznie zapraszamy do zwiedzania Dawnego Pałacu Biskupów Krakowskich. To idealna okazja, aby połączyć relaksującą praktykę jogi z kulturalnym wypoczynkiem.