

20 czerwca 2024



**JOGA**  
W OGRODZIE WŁOSKIM

**Edycja VIII**  
W każdą sobotę  
godz. 10.00–11.00

wstęp wolny po zapisach

mięta  
studio ruchu

muzeum  
narodowe  
w kielcach

PGE  
mecenasa  
Muzeum Narodowego  
w Kielcach

## Międzynarodowy Dzień Jogi w ogrodzie włoskim i kolejna edycja wakacyjnych zajęć

**Serdecznie zapraszamy na obchody Międzynarodowego Dnia Jogi, które odbędą się w ogrodzie włoskim Muzeum Narodowego w Kielcach.**

Zajęcia Hatha Joga 21 czerwca, piątek, godz. 17 poprowadzi doświadczona jogini Irina Velicu.

Wstęp wolny. Prosimy o zabranie własnych mat do jogi oraz wygodnego stroju. Zapraszamy wszystkich, bez względu na poziom zaawansowania!

21 czerwca, piątek, godz. 17, Dawny Pałac Biskupów Krakowskich, pl. Zamkowy 1

### VIII edycja jogi w ogrodzie włoskim

W każdą sobotę od godziny 10.00 do 11.00 chętni mogą wziąć udział w darmowych zajęciach jogi prowadzonych przez doświadczonych instruktorów. Odbędą się one w ogrodzie włoskim muzeum.

### **Harmonogram zajęć:**

- 29.06 - Vinyasa Joga - Magdalena Piasecka
- 6.07 - Neurojoga - Urszula Żelazny
- 13.07 - Vinyasa Joga - Olga Kowalińska
- 20.07 - Joga Flow - Joanna Sebastian
- 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 - Anna Andrzejczak-Wilk
- 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.