

# Joga na Zdrowie

kategoria:

**Zdrowie**

**Lato w mieście**

**Dla seniorów**

**Sport**

**Warsztaty i szkolenia**

**Zielona Łódź**

autor: Łukasz Janczar / Zielona Łódź

Park im. Józefa Piłsudskiego - Park na Zdrowiu (Łódź Polesie, Zdrowie-Mania)

01.09.2019

godz. 13:00 - 14:00

Hello Yoga i Zielona Łódź już 7. rok z rzędu (nie do wiary, co?!) zapraszają na cykliczne, bezpłatne zajęcia jogi w parku na Zdrowiu. Zajęcia odbywają się w każdą niedzielę wakacji o godz. 13:00.



Gdzie? Polanka nad stawem od Al. Unii Lubelskiej. Dokładną mapkę znajdziecie w komentarzach oraz pod linkiem:

[goo.gl/maps/En96epHhK7K2](https://goo.gl/maps/En96epHhK7K2)

\*\* Oficjalny profil akcji na FB: \*\*

<https://web.facebook.com/pg/JogaNaZdrowieLodz/>

Zamieszczamy tam fotorelacje i wszystkie aktualności - polub nas koniecznie!

Dla kogo? Dla wszystkich chętnych i ciekawych, już ćwiczących jogę i tych noszących się z zamiarem :) Dla wszystkich spragnionych zieleni, lata, ruchu i powietrza.

Jeżeli masz wątpliwości czy joga jest dla Ciebie - przyjdź i sprawdź!

Co zabrać ze sobą? Matę, koc lub duży ręcznik, wygodny sportowy strój, butelkę wody do picia.

WSTĘP WOLNY!

Po energię i oddech w środku miasta - wpadnij do parku!

A po zajęciach - relaks i niedzielny chillout...