



יום היוגה הבינלאומי יום א' 21.6.15

דואו להתנסות דיוגה חייג !!!

יש להביא לפעילויות בגדים נוחים, מים ומזרון או מגבת

מת? 6:30-7:00 איפה? חוף הדקל מה? מדיטציה שקטה מי המורה? רובין נראיאני

מת? 8:30-9:30 איפה? סטודיו לעוף עם הגוף, רחוב יהל 16 קומה 2 מה? האטה יוגה מי המורה? יעל ברעוז

מת? 8:30-10:15 איפה? מרכז שויננדה, רח' חורב 273 (מול מסעדת ללו) מה? הכרות עם יוגה מי המורה? מרי שרוודה דבי לבית בצרפתית

מת? 8:30-9:45 איפה? מתנ"ס קולייר מה? לגמלאים מי המורה? עופר גנשה מי המורה? מארחת קבוצת "בשביל הזהב"

מת? 10:30-11:30 איפה? בית רובין מה? לנשים בהריון מי המורה? אליסון לוי לבית גם באנגלית

מת? 11:30-12:30 איפה? בית רובין מה? הכרות עם יוגה מי המורה? מלכה צוברי (מלי) מי המורה? להביא צעיף

מת? 17:00-18:00 איפה? סטודיו אילת היוגה, החורב 273 (ליד אנוש) מה? להורים וילדים מי המורה? לידר זיטון

מת? 18:00-19:00 איפה? חוף הדקל מה? לנשים בהריון מי המורה? אליסון לוי לבית גם באנגלית

מת? 19:00-20:00 איפה? חוף הדקל מה? האטה יוגה מי המורה? רובין נראיאני

מת? 19:00-20:45 איפה? מרכז שויננדה, רח' חורב 273 (מול מסעדת ללו) מה? תרגול מדיטאציה מי המורה? עופר גנשה

מת? 19:00-20:00 איפה? חוף מוש מה? האטה יוגה מי המורה? יעל ברעוז

מת? 17:30-18:30 איפה? גן פרדקין מה? לילדים מגיל 6 ומעלה מי המורה? מלכה צוברי (מלי) מי המורה? להביא צעיף

מת? 19:00-20:00 איפה? גן פרדקין מה? יוגה למבוגרים מי המורה? מלכה צוברי מי המורה? מארחים מועדון מעגלים, מתנ"ס שחמון

מת? 19:15-20:15 איפה? חוף אקווה ספורט מה? אקרו יוגה מי המורה? זהר וודו

מי המורה? להורים וילדים או צעירים להביא מחצלות לבית גם ברוסית

מת? 20:00-21:00 איפה? חוף הניין ביץ' מה? יוגה לאטים מי המורה? נדין גוף ונפש

מי המורה? שילוב יוגה ופילטיס לכל גיל לבית גם בצרפתית ואנגלית

