

## PROGRAM Erlebachova bouda 2020

### PÁTEK

16.00 společné setkání (cvič.sál)

16.15 - 17.15 - pilates core

### SOBOTA

09.15 - 10.15 - Surya Namaskar

17.00 - 18.00 - jemná Hatha jóga

### NEDĚLE

09.15 - 10.15 - pilates/jóga lekce dle Vašeho přání

Podložky na cvičení vlastní



