



**Magiczny
Kraków**

Techniki Tybetańskie, ćwiczenia oddechowe

2021-10-20

W ramach programu «Biegaj w Krakowie» w czasie treningów biegowych prowadzone są dodatkowe zajęcia z Praktyk Tybetańskich i ćwiczeń oddechowych.

Zajęcia prowadzone są w każdą niedzielę o godz. 9:00 przy TAURON Arena Kraków.

Na miejscu doświadczeni trenerzy i najskuteczniejsze na Wschodzie praktyki, które pomogą Ci doprowadzić swoje ciało do formy.

Zajęcia grupowe, indywidualne oraz dla dzieci.
Zapraszamy wszystkich chętnych. Wstęp **BEZPŁATNY**.

Kiedy: Co tydzień w każdą niedzielę. Najbliższe zajęcia: 17.10

Która godzina: 9:00

Gdzie: TAURON Arena Kraków (wejście główne)

Zajęcia w terenie – prosimy o odpowiedni strój sportowy, adekwatny do pogody.
Zapewniamy maty do ćwiczeń.