

Jóga

Lektor: Marek Jakúbek

Kód předmětu: ZKF206

Jóga je disciplína sebezdokonalování.

Jóga udržuje zdraví a fyzickou vitalitu.

Jóga zpomaluje proces stárnutí.

Jóga zlepšuje koncentraci.

Jóga obohacuje Váš emocionální život.

Jóga vnáší do života radost a smysl.

Jóga je ideální pro každého, kdo chce protáhnout své tělo, uklidnit svou mysl a odpočinout si od každodenního stresu.

Místo konání

Cvičební sál IB307

Vysoká škola ekonomická – nám. W. Churchilla č. 4, Praha 3 – Žižkov, [mapa](#)