



## Bezmaksas Ajengāra jogas nodarbība



Nodarbības ir piemērotas jebkurai vecuma grupai. Pavisam paredzētas piecas bezmaksas nodarbības brīvā dabā, kas sākot ar sestdienu, 1. jūliju, notiks sestdienas rītos no plkst. 8:30 Jūrmalas parkā. Nākošās nodarbības 8., 22. un 29. jūlijā, kā arī 5. augustā. Līdzī jāņem vingrošanas paklājiņš, sedziņa vai pleds un ūdens.

Nodarbību vadīs sertificēta jogas trenere Dace Šteinharde. Sīkāka informācija par treniņiem un to norises vietu, zvanot treneri Dacei pa tālr. 29359241 vai rakstot Facebook kontā: @jogasstudijaNamaste.

📅 Sat, 01.07.2023

🕒 08:30-10:00

☎ +37129359241

🏠 Jūrmalas parks

📍 Jūrmalas parks, Ventspils, Latvija

