Rozvrh Energy Studií

Praha 1

pondělí		
17:00 - 18:00	Jin jóga	Horáková Jana
18:15 - 19:15	Powerjóga pro všechny	Feitová Katka
19:30 - 20:30	Kurz jógy pro mírně pokročilé	Moravcová Klára

úterý		
07:00 - 08:00	Ranní jógové espresso	Vyležíková Jana
10:15 - 11:15	Jemně jin	Polášková Jana
11:30 - 12:30	Polední jóga	Dufková Gabriela
17:00 - 18:00	Powerjóga pro všechny	Šamberger Jakub
18:15 - 19:15	Vinjása jóga	Mižďochová Irena
19:30 - 20:30	Restorativní jóga	Horáková Jana

středa		
07:30 - 08:30	Ranní jógové espresso	Krejčík Václav
11:30 - 12:30	Polední jóga	Bílková Katka
17:00 - 18:00	Powerjóga pro všechny	Kotěrová Romana
18:30 - 19:30	Vinjása jóga	Polášková Jana
19:30 - 20:30	Dýchárna a jóga nidra	Krejčík Václav

čtvrtek		
07:00 - 08:00	Ranní jógové espresso	Sochorová Eva
10:30 - 11:30	Jógová terapie	Štraus Idris Karolína
11:30 - 12:30	Polední jóga	Kotěrová Romana
16:00 - 17:00	Jemná jóga	Horáková Jana
17:00 - 18:00	Powerjóga pro všechny	Krejčík Václav
18:00 - 19:00	Traditional Yoga (in English)	Shivangi
19:00 - 20:00	Jóga proti stresu	Šamberger Jakub

pátek		
07:30 - 08:30	Ranní jógové espresso	Moravcová Klára
11:30 - 12:30	Jóga a kompenzační cvičení pro zdravá záda	DiAtta-Rebcová Monika
16:00 - 17:00	Jemná jóga	Štraus Idris Karolína
17:00 - 18:00	Powerjóga pro všechny	Šamberger Jakub

sobota		
09:30 - 10:45	Ranní jóga	lektoři se střídají

neděle		
09:30 - 10:45	Ranní jóga	lektoři se střídají
17:00 - 18:00	Powerjóga pro všechny	Krejčík Václav
18:00 - 19:00	Jóga proti stresu	Šamberger Jakub

Praha 2

Studio HOME Praha 1

602 327 260 recepce1@energystudio.cz Hellichova 1, Praha 1

Studio HEAVEN Praha 2

605 309 082 recepce2@energystudio.cz Uruguayská 11, Praha 2