

**Festival cikličnih skladb,
četrtek, 5. april 2018, ob 18.30, Mala dvorana Konservatorija Maribor**



Joga za zdravo telo

Borut Suhadolnik, joga v vsakdanjem življenju

Vadba bo obsegala osnovne vaje za boljšo držo telesa, proti bolečinam v križu in vratu, za boljšo prebavo, koordinacijo in ravnotežje ter pravilno dihanje. Trajala bo približno 60 minut. Naš vaditelj bo Borut Suhadolnik, ki je vaditelj joge v Društvu JVVŽ Maribor in jogo poučuje že 18 let. Zna tudi kaj zaigrati na klavir.

Obvezna predhodna prijava na petra.dobnikar@konservatorij-maribor.si do torka, 3. aprila 2018.

