

## CENTER ZDRAVIH NAVAD

| URA   | PON          | TOR          | SRE           | ČET | PET | SOB                                                                                                                                  | NED |
|-------|--------------|--------------|---------------|-----|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 06.30 | SRČNI NAVDIH | FASCIA FLOW  |               |     |     | <b>VIKEND</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• DELAVNICE</li><li>• IZOBRAŽEVANJA</li><li>• TEČAJI</li><li>• DOGODKI</li></ul> |     |
| 07.30 | FASCIA FLOW  | SRČNI NAVDIH | LOGOSOMATIKA  |     |     |                                                                                                                                      |     |
| 08.30 | VADBA 65+    |              | VADBA 65+     |     |     |                                                                                                                                      |     |
| 09.30 |              |              |               |     |     |                                                                                                                                      |     |
| 17.00 |              |              |               |     |     | MAJHNE VADBENE SKUPINE & INDIVIDUALIZIRAN PRISTOP                                                                                    |     |
| 18.00 | VADBA 65+    |              | SRCE & OŽILJE |     |     | <b>NASLOV:</b><br><b>BREZOVICA, VNANJE GORICE</b><br><b>Nova pot 5</b><br>(pri lekarni, 1. nadstropje)                               |     |
| 19.00 | VADBA 40+    |              | FASCIA FLOW   |     |     |                                                                                                                                      |     |
| 20.00 | LOGOSOMATIKA |              | SRČNI NAVDIH  |     |     |                                                                                                                                      |     |
| 21.00 |              |              |               |     |     |                                                                                                                                      |     |

INŠTITUT ZA KULTUR

SRČNI NAVDIH: dihalne vaje in zdravilna HeartMath meditacija

LOGOSOMATIKA: duh, duša & telo - preventiva, kurativa

FASCIA FLOW: vaje za energijski pretok

VADBA +: letom primerno za moč, gibljivost, ravnotežje



INŠTITUT ZA KULTURO  
TELESA IN DUHA