

1 Úr					
2 Ne					
3 Po					
4 Út					
5 St					
6 Čt					
7 Pá					
8 Úr					
9 Ne					
10 Po					
11 Út					
12 St					
13 Čt					
14 Pá					
15 Úr					
16 Ne					
17 Po					
18 Út					
19 St					
20 Čt					
21 Pá					
22 Úr					
23 Ne					
24 Po					
25 Út					
26 St					
27 Čt					
28 Pá					
29 Úr					
30 Ne					
31 Po					

jógový leden 2022

Zaznamenejte si v kalendáři
váš jógový režim.

MOJE CÍLE



DOMAČÍ PRAXE



PRAXE S LEKTOREM



MEDITACE



POHYB V PŘÍRODĚ



DEN VOLNA