



LOVRANSKE VILE

One with Nature • One with Life

AKTIVNOSTI

Yoga

Prakticirajući jogu naučit ćete disati opušteno i prilagoditi način disanja u svrhu fokusiranja na određene položaje tijela u jogi. Joga također pomaže u popravljajući krivog držanja tijela, povećanju unutarnje svijesti, osvježava tijelo i ojačava slabe točke. Pomoću joga unaprijedit ćete svoju formu i vitalnost, te dobiti dublji uvid u način kako joga može promijeniti život.

50 min / 300kn

Disanje i opuštanje

Naučite tehnike umjerenog disanja u svrhu postizanja više energije i reduciranja stresa.

50 min / 300kn

Meditacija

Meditiranjem pronađite trenutke umne opuštenosti, duboke tišine i mira. Vratite se u svakodnevni život osvježeni, okrepljeni i energetski ojačani.

50 min / 300kn

www.lovranske-vile.com | sales@lovranske-vile.com | +385 51 294400

Lovranske vile d.o.o. | Lovran - V. C. Emina II