



## WARSZTATY JOGI DLA TWOJEJ FIRMY – SERDECZNIE ZAPRASZAMY

JOGA W PRACY TO IDEALNE ROZWIĄZANIE DLA PRACODAWCÓW KTÓRZY CHCĄ ZADBAĆ O KONDYCJE FIZYCZNĄ I PSYCHICZNĄ SWOICH PRACOWNIKÓW, ZREGENEROWAĆ ICH SIŁY WITALNE ORAZ POPRAWIĆ KONCENTRACJE.

### KORZYŚCI DLA FIRMY:

- REDUKCJA ZWOLNIEŃ LEKARSKICH I CHOROÓB ZWIĄZANYCH Z SIĘDZĄCYM TRYBEM PRACY
- WZROST MOTYWACJI I ZAANGAŻOWANIA W PRACĘ OSÓB BIORĄCYCH UDZIAŁ W ZAJĘCIACH
- BUDOWANIE POZYTYWNEGO WIZERUNKU FIRMY JAKO MIEJSCA PRZYJAZNEGO I OTWARTEGO NA POTRZEBY PRACOWNIKÓW

### KORZYŚCI DLA PRACOWNIKÓW:

- REDUKCJA STRESU
- POPRAWA KOORDYNACJI RUCHOWEJ
- WZMOCNIENIE ODPORNOŚCI ORGANIZMU,
- WZROST MOTYWACJI I SATYSFAKCJI Z WYKONYWANEJ PRACY

WARSZTATY POPROWADZI

**ALEKSANDRA OGRODOWCZYK**

INSTRUKTOR VINYASA JOGI NA POZIOMIE MASTER, SZKOLENIOWIEC,  
DIETETYK LECZNICZY

WARSZTATY BĘDĄ ODBYWAŁY SIĘ RAZ W TYGODNIU

CZAS TRWANIA WARSZTATÓW: **30-40** MINUT

CENA: **450 ZŁ** NETTO/MIESIĄC

POZNAJ NAS PODCZAS BEZPŁATNYCH ZAJĘĆ POKAZOWYCH

W RAZIE PYTAŃ ZAPRASZAMY DO KONTAKTU:

ALEKSANDRA OGRODOWCZYK  
UL. OGIŃSKIEGO 12/8  
71-431 SZCZECIN

512 352 288  
ALEKSANDRA@ART-OF-BALANCE.PL  
WWW.ART-OF-BALANCE.PL