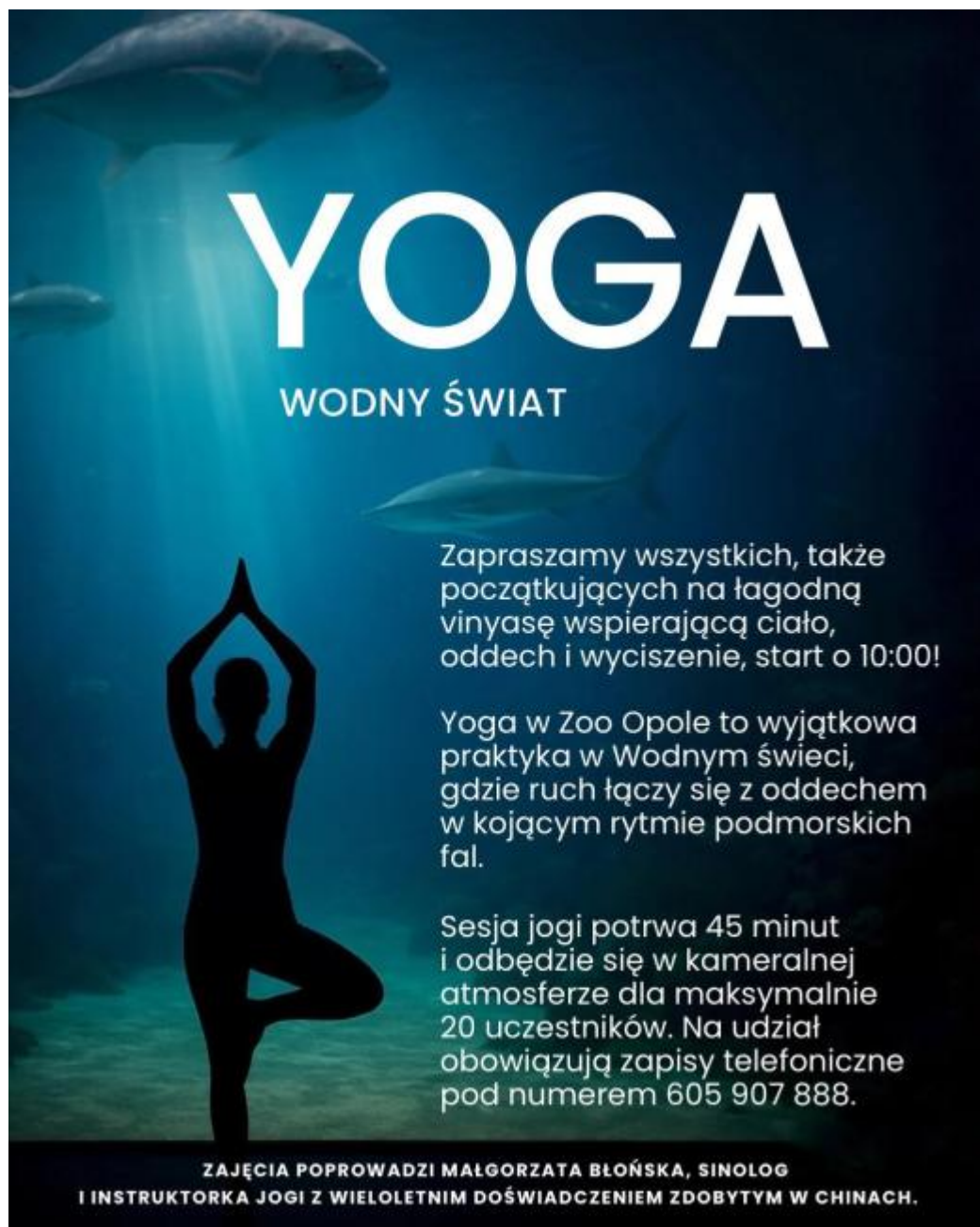


# Joga w pawilonie Wodny Świat w Zoo Opole



## YOGA

### WODNY ŚWIAT

Zapraszamy wszystkich, także początkujących na łagodną vinyasę wspierającą ciało, oddech i wyciszenie, start o 10:00!

Yoga w Zoo Opole to wyjątkowa praktyka w Wodnym świecie, gdzie ruch łączy się z oddechem w kojącym rytmie podmorskich fal.

Sesja jogi potrwa 45 minut i odbędzie się w kameralnej atmosferze dla maksymalnie 20 uczestników. Na udział obowiązują zapisy telefoniczne pod numerem 605 907 888.

**ZAJĘCIA POPROWADZI MAŁGORZATA BŁOŃSKA, SINOLOG  
I INSTRUKTORKA JOGI Z WIELOLETNIM DOŚWIADCZENIEM ZDOBYTYM W CHINACH.**

Sport

07.12.2025

10:00

bilet wstępu (zapisy)

Zapraszamy na wyjątkową sesję jogi w pawilonie Wodny Świat w naszym Zoo!

W niedzielę, 7 grudnia o godzinie 10:00, poprowadzi ją Małgorzata Błońska, sinolog, autorka książki „Pistacja w Krainie Smoków” i współtwórczyni podcastu Joga po godzinach. Jogę odkryła w Chinach, gdzie mieszkała ponad dekadę, a jej zajęcia łączą ruch z oddechem, wspierając ciało i układ nerwowy.

Podczas 45 minutowej praktyki w akwarium skupimy się na płynnym łączeniu ruchu i oddechu, inspirując się żywiołem wody z ajurwedy i medycyny chińskiej. Łagodna vinyasa jest dostosowana do wszystkich uczestników, także początkujących.

Liczba miejsc ograniczona do 20 osób, obowiązują zapisy pod numerem 605 907 888. Sesja w cenie biletu do ZOO. Zadbaj o siebie i swoje zmysły w magicznej atmosferze wodnego świata!

Tagi

joga