



TJD - TARPTAUTINĖ JOGOS DIENA - birželio 21-oji

2016 m. birželio 17 - 21 d. programa Vilniuje

| DATA / VIETA | LAIKAS | VEIKSMAS | UŽSIĖMIMĄ VES: |
|--------------------------------------|---------------|--|--|
| Birželio 17 diena Rotušės aikštė | 09.00 - 09.45 | Rytinė jogos praktika - Saulės pasveikinimas | Aistė Jančiūtė Baltijos "Gyvenimo meno" LPF |
| | 18.00 - 19.30 | Atviras asanų ir pranajamos užsiėmimas (<i>Mai Ram Yoga Basic asanų ir pranajamos praktika</i>) | Justas Kučinskas Mai Ram Yoga Mokytojai |
| Birželio 18 diena Rotušės aikštė | 09.00 - 09.45 | Rytinė jogos praktika - Saulės pasveikinimas | Anastasija Narkevičienė Mai Ram Yoga Mokytojai |
| | 18.00 - 19.30 | Atviras jogos ir meditacijos užsiėmimas | Karolina Mikšienė Baltijos "Gyvenimo meno" LPF |
| Birželio 19 diena Rotušės aikštė | 09.00 - 09.45 | Rytinė jogos praktika - Saulės pasveikinimas | Andrius Jokubaitis Baltijos "Gyvenimo meno" LPF |
| | 18.00 - 19.30 | Atviras asanų ir pranajamos užsiėmimas (<i>Mai Ram Yoga Basic asanų ir pranajamos praktika</i>) | Justas Kučinskas Mai Ram Yoga Mokytojai |
| Birželio 20 diena Rotušės aikštė | 09.00 - 09.45 | Rytinė jogos praktika - Saulės pasveikinimas | Anastasija Narkevičienė Mai Ram Yoga Mokytojai |
| | 18.00 - 19.30 | Atviras jogos ir meditacijos užsiėmimas | Marija Bitiniekytė Baltijos "Gyvenimo meno" LPF |
| Birželio 21 diena Vilniaus Rotušė | 09.00 - 09.45 | Rytinė jogos praktika - Saulės pasveikinimas | Ieva Belevičiūtė Baltijos "Gyvenimo meno" LPF |
| | 15.30 - 22.00 | Tarptautinės Jogos dienos minėjimas Vilniaus miesto Rotušėje | |

Jogos praktikoms turėkite jogos kilimėlį ir vilkėkite patogią aprangą.