

YogaDOM

Корпоративные занятия Йогой





Корпоративная Йога

- ❖ Повышает качество и производительность работы сотрудников
- ❖ Укрепляет корпоративный дух и создает доброжелательную атмосферу в коллективе
- ❖ Повышает уровень обслуживания клиентов и имидж компании
- ❖ Значительно экономит время и энергию сотрудников



Учитывая большую занятость и нагрузку, людей работающих в режиме офиса, мы решили предложить Вам новый проект

Корпоративная Йога

Включающий в себя занятия йогой, адаптированные для людей ведущих активный образ жизни и занимающих активную профессиональную позицию.



Скорость изменений, потоки информации, жесткая конкуренция предъявляют особые требования к человеку, его внутреннему состоянию и здоровью. Одним из наиболее оптимальных инструментов, позволяющих гармонично улучшить функционирование организма, является Йога.





Йога – самый древний и наиболее основательно разработанный метод осознанного гармоничного самосовершенствования человека

Она начинается с того, что возвращает нам полноту самоконтроля – столь редкую в наше время. Способность сознательно управлять собственной волей и личной силой, тем самым восстанавливая естественное состояние внутреннего равновесия и покоя, не зависящее от внешних обстоятельств.



➤ «Йогой я начала заниматься два года назад, тогда это было ещё не очень популярно в нашей стране, но меня всегда привлекало что-то экзотическое.

С того дня, когда я впервые попробовала этот стиль жизни, я действительно изменилась к лучшему: научилась контролировать свои силы. Без затруднений могу сконцентрироваться в нужный момент.

Я стала более трудоустойчивой – могу работать без отдыха по четырнадцать часов в сутки, но при этом обязательно час посвящаю йоге», - говорит Ольга Нос, владелица сети аптек.

Предлагаем Вам корпоративную
Йогу в нашем клубе!



... или корпоративную йогу
с нашим инструктором в вашем зале!



Стоимость занятий

Предлагаем Вам заниматься йогой 2 раза в неделю (8 занятий в месяц), ибо только регулярная практика дает ожидаемый эффект. Полноценное занятие длится 1,5 часа (при желании можно сократить до 1 часа)

Группа до 10 человек: из расчета 500 р./чел.

Группа до 20 человек: из расчета 400 р /чел.

Группа
свыше 20 человек: из расчета 350 р./чел.

Всем практикующим в рамках программы «Корпоративная йога» – скидка 20% на любые семинары и лекции в «ЙогаДОМе»!!!



Наше кафе



В «ЙогаДОМ» есть вегетарианское кафе.
Все блюда приготовлены с соблюдением
принципов ведического питания.
У нас здоровая и полезная пища!



Все блюда меню можно взять с собой!



В продаже так же есть домашнее топленое
масло Гхи и аювердический джем
Чаванпраш.

YogaDOM

-это интегральный центр развития личности, деятельность которого ориентирована на практики и услуги, затрагивающие такие аспекты человеческой жизни, как здоровье и развитие; физическое, эмоциональное и психо-ментальное равновесие и гармонизация внутренних и внешних процессов жизни.

Наша цель – предоставить людям целостный подход к физическому и духовному здоровью; объективную и проверенную информацию о способах его достижения.



м. Пушкинская
Петровский пер., 1/30
телефон: +7 (495) 740-4871
www.yogadom.ru