



**MEDICOVER**  
SPORT

# JOGA

## Z MEDICOVER SPORT

### GDZIE CHCESZ I KIEDY CHCESZ

[medicoversport.pl](https://medicoversport.pl)

**Joga to coś więcej niż ćwiczenia** - to sposób na odnalezienie równowagi w codziennym pędzie, redukcję stresu i wzmocnienie połączenia ciała z umysłem. Regularna praktyka poprawia elastyczność, postawę i siłę mięśni, a jednocześnie pomaga się wyciszyć i lepiej spać. To forma ruchu dostępna dla każdego - bez względu na poziom zaawansowania.

**Z pakietem Medicover Sport możesz praktykować jogę tak, jak lubisz.**



Zapisz się na zajęcia  
w jednym z tysięcy  
dostępnych obiektów  
sportowych.



Sprawdź video treningi jogi  
w aplikacji Medicover Sport.  
Ćwicz gdzie chcesz  
i kiedy chcesz.



Niezależnie od tego,  
czy dopiero zaczynasz,  
czy szukasz wyzwań –  
znajdziesz coś dla siebie.

**DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ**

