

URA TAPKANJA

za ravnovesje v telesu

Vabljeni na uro tapkanja, ki bo v četrtek, 8. 10. 2026, ob 8. uri na lokaciji VeGeC OHS Rogoza.

Na delavnici bomo korak za korakom spoznavali preprosto in učinkovito tehniko za več notranjega ravnovesja in dobrega počutja.

Skupaj bomo:

- sprostili misli in občutja,
- zmanjšali stres,
- obnovili ravnovesje v telesu,
- poskrbeli za zdravje in samopodobo.

Vadba je priporočljiva zjutraj in zvečer ter je primerna za vsakogar.

Predhodne izkušnje niso potrebne – pomembna sta le dobra volja in želja po spremembi.



VeGeC Občine Hoče – Slivnica

Rogoška cesta 60, 2204 Miklavž na Dravskem polju – Rogoza
Orehova cesta 26, 2312 Orehova vas



030 465 270
041 760 116



vegec@hoce-slivnica.si

Delovni čas: od ponedeljka do četrтка od 8.00 do 14.00 in v petek od 8.00 do 13.00.

Aktivnosti v centru potekajo tudi izven delovnega časa.

Vse dejavnosti so brezplačne, financira jih Občina Hoče-Slivnica.

Pri izvedbi delavnic in tečajev nam pomagajo prostovoljci.