



**Urząd Miasta Hajnówka**

---

## **Zajęcia relaksacyjno-artystyczne „Tylko dla mamy”**

# Hajnowski Dom Kultury

zaprasza na zajęcia  
relaksacyjno - artystyczne



## tylko dla mamy



### W PROGRAMIE:

- ćwiczenia oddechowe wraz z medytacją na wyciszenie i równowagę
- wykonanie MANDALI zainspirowanej naturą wokół nas
- poczęstunek ziołową herbatą

zajęcia odbywają się na terenie HDK

mile widziane  
własne karimaty  
i wygodny strój

28 maja 2025 r.  
środa  
godz. 18:00

WSTĘP WOLNY  
ZAPISY

w sekretariacie HDK tel. 85 682 32 03

### Data wydarzenia

śr., 28/05/2025 - 18:00 - śr., 28/05/2025 - 20:00

### Kategoria

Wydarzenia miejskie

Hajnowski Dom Kultury zaprasza na zajęcia relaksacyjno-artystyczne „Tylko dla mamy”

**28 maja (środa) godz. 18:00** - teren HDK

W programie:

- ćwiczenia oddechowe wraz z medytacją na wyciszenie i równowagę

- wykonanie MANDALI zainspirowanej naturą wokół nas

- poczęstunek ziołową herbatą

Mile widziane własne karimaty i wygodny strój

Wstęp wolny. Zapisy w sekretariacie HDK tel. 85 682 32 03

---

**Source URL:** <https://hajnowka.pl/wydarzenie/6668-zajecia-relaksacyjno-artystyczne-tylko-dla-mamy>