

Hormonální jóga

s certifikovanou lektorkou



- » **Přírozenou cestou pomáhá řešit problémy spojené s hormonální nerovnováhou:** symptomy menopauzy (návaly horka, přibývání na váze aj.), problémy s otěhotněním, premenstruační syndrom, polycystické vaječníky, ztrátu menstruace a ovulace, bolestivou menstruaci, sníženou funkci štítné žlázy a další.
- » **Protahuje celé tělo, přináší vitalitu a duševní pohodu.**

Vhodná pro všechny ženy, které se chtějí cítit dobře.

Na kurzu se také naučíte dechová cvičení a cviky proti stresu.
Kurz je vhodný i pro začátečníky v józe.

Víkendový kurz

1. a 2. října 2022 v Benešově (so 10:00-16:00, ne 09:00-12:30)

Adresa: Tělocvična MC Hvězdička, Bezručova 1064

Cena: 2300 Kč/osoba (včetně materiálů ke cvičení)

Rezervace místa na info@joga-pro-zeny.cz nebo na tel. 724 624 534.

www.joga-pro-zeny.cz

