

Hormonální jóga

pro ženy (pro páry i pro muže)

s PaedDr. Martinou Mangovou

KURZ 8-blok vždy v pondělí

od 25.9. do 13.11.2017

ve Znojmě v tělocvičně **MŠ, ZŠ a PŠ** na Jezuitském nám.1

Cena kurzu 2700,- Kč (v ceně jsou podklady pro cvičení doma)

Při opakování celého semináře je cena 1500,- Kč. Za 2-hodinovou lekci 250,- a 1-hodinovou 150,-

Hormonální jóga přirozeně odstraňuje

potíže způsobené nízkou nebo rozkolísanou hladinou hormonů

nespavost, emocionální nestabilitu, nepravidelnosti menstruace

pocity stresu, paniky, deprese a nerozhodnosti

intelektuální symptomy, snížení paměti, oslabená štítná žláza,

premenstruační syndrom, symptomy přechodu, návaly,

cysty na vaječnících (PCO), neplodnost, předčasný přechod

suchou pleť, vypadávání vlasů, lámavé nehty, akné

Je výbornou prevencí do budoucna, optimální péčí o zdraví

Naučíte se celou sestavu cviků = vše, co potřebujete

Program:

Pondělí 25.9. - 9.10.2017 17.00 – 19 h úvod a sestava HJ

další pondělky 17.30 – 18.40 h zopakování sestavy, cviky proti stresu, teorie, dotazy

drobná změna možná

Platbu prosím převeďte na účet: 772048741/0100 (KB), jako variabilní symbol uveďte Vaše datum narození (ve tvaru DDMMRR). Do zprávy pro příjemce uveďte Vaše celé jméno a datum akce. Pro závaznou rezervaci místa je potřeba uhradit alespoň zálohu 1000,- Kč

Přihlášky na: 602 526 957, hormonjoga@email.cz, [www.lunarnijoga.cz](http://www.lunarnijoga.cz)

