



# HORMONÁLNÍ JÓGA

PRO ŽENY (PRO PÁRY I PRO MUŽE)

S PAEDDR. MARTINOU MANGOVOU

KURZ 8-blok vždy v pondělí

od 18.2. do 8.4.2019

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

Cena kurzu 2800,- Kč (v ceně jsou podklady pro cvičení doma)

Při opakování celého semináře je cena 1800,- Kč. Za 2-hodinovou lekci 300,- a 1-hodinovou 200,-  
Při platbě celé částky do 5.1.2019 Silvestrovská sleva 200,- Kč.

## Hormonální jóga přirozeně odstraňuje

potíže způsobené nízkou nebo rozkolísanou hladinou hormonů  
nespavost, emocionální nestabilitu, nepravidelnosti menstruace  
pocit stresu, paniky, deprese a nerozhodnosti

intelektuální symptomy, snížení paměti, oslabená štítná žláza,  
premenstruační syndrom, symptomy přechodu, návaly,  
cysty na vaječnicích (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 18.2. - 4.3.2019

17.00 – 19 h úvod, sestava HJ – aktivační i protistresová

další pondělky

17.30 – 18.40 h opakování a procvičování sestavy, teorie, dotazy

drobná změna možná

Platbu prosím převedte 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 a nepozději první den kurzu celou částku.

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

