



letní  
**LUNÁRNÍ JÓGA**

**VÍKENDOVÝ SEMINÁŘ PRO ŽENY I PRO MUŽE  
S PAEDDR. MARTINOU MANGOVOU**

**dne 19.5.2019** (NE 9-17h)

**v Rožnově pod Radh., SLUNEČNICE, Zátíší 513**

Letní cviky Lunární jógy nám pomáhají cítit se skvěle v tomto ročním období. Využívají tepla k lepšímu protažení těla, posilují a tvarují postavu. Období léta je tím nejplodnějším obdobím roku - dozrávají jahody, třešně, borůvky, meruňky atd., užíváme si letní hojnosti plnými doušky. Letní cviky tedy podpoří plodnost a kreativitu po všech stránkách.

Zařadíme i cviky na přání.

Lunární jóga je vhodná pro ženy i muže každého věku, ve všech životních fázích a cyklech, podněcuje sebeléčivé síly, upravuje hormonální systém, může pomoci u PCO, PMS, neplodnosti, cyst, myomů, bolestivé menstruace, předčasného přechodu apod. Cviky LJ jemně odstraní bloky na páteři a bolesti zad, tím zlepší nervové zásobení orgánů v těle a jejich fungování. Zároveň zklidní psychiku, lépe zvládneme stres.

**Cena semináře 1800,- Kč**

(pro účastníky kurzu Hormonální jógy i Lunární jógy 10% sleva)

Platbu prosím převedte na účet: 772048741/0100 (KB), ze Slovenska 2800488621/8330 (FIO)

VS: datum narození (ve tvaru DDMMRR). Zpráva pro příjemce: uveďte Vaše jméno a datum akce. (doporučujeme co nejdříve, protože je velký zájem). Pro závaznou rezervaci je potřeba uhradit zálohu 1000,- Kč. Při stornu později než 14 dní před kurzem je záloha nevratná (je možné poslat náhradnici).

PŘIHLÁŠKY NA TEL.: 602 526 957, [luna-yoga@email.cz](mailto:luna-yoga@email.cz), [WWW.MARTINAMANGOVA.CZ](http://WWW.MARTINAMANGOVA.CZ)

