



HORMONÁLNÍ JÓGA PRO ŽENY DLE DINAH RODRIGUES

UKÁZKOVÁ HODINA ZDARMA

ÚTERÝ 18.2.2020 OD 19.30

VÝUKOVÝ KURZ HORMONÁLNÍ JÓGY

ÚTERÝ OD 25.2. DO 24.3. 2020 OD 19.30 DO 20.45

nebo

ÚTERÝ OD 14.4. DO 12.5.2020 OD 19.30 DO 20.45

V ZASEDACÍ MÍSTNOSTI OBECNÍHO ÚŘADU POSTŘIŽÍN

Provede vás certifikovaná lektorka hormonální jógy Mgr. Kamila Rubešová. Hormonální jóga pro ženy je jednoduchá sestava cviků vycházejících z hatha jógy a kundaliny jógy, využívající speciálních dechových technik a technik práce s energií. Byla vyvinutá brazilskou psycholožkou a učitelkou jógy Dinah Rodrigues speciálně pro ženy jako přírodní řešení problémů způsobených hormonální nerovnováhou.

Hormonální jóga Vám může pomoci při:

- symptomech spojených s menopauzou (návaly horka, nespavost, podrážděnost, zhoršení paměti, emocionální nestabilita...)
- potížích s cyklem po vysazení antikoncepce, nepravidelné, bolestivé a silné menstruaci, PMS
- neplodnosti, způsobené hormonální nerovnováhou, špatným prokrvením pánve nebo srůsty na vejcovodech
- polycystických vaječnicích
- nedostatečné činnosti štítné žlázy
- chronické únavě a vyčerpanosti
- syndromu karpálního tunelu
- padání vlasů, zhoršené kvalitě kůže a nehtů, akné...

POČET MÍST JE OMEZEN

PŘIHLÁŠKY A DOTAZY NA kamilarubesova@seznam.cz