



HORMONÁLNÍ JÓGA PRO ŽENY DLE DINAH RODRIGUES

UKÁZKOVÁ HODINA ZDARMA
ČTVRTEK 27.2.2020 OD 19.30

VÝUKOVÝ KURZ HORMONÁLNÍ JÓGY
ČTVRTEK OD 5.3. DO 2.4. 2020 OD 19.30 DO 20.45

SOKOLOVNĚ V ÚŽICÍCH

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 kvality kůže a nehtů, akné...

POČET MÍST JE OMEZEN

PŘIHLÁŠKY A DOTAZY NA kamilarubesova@seznam.cz