

Hormonální jóga - víkendový seminář s Šárkou

Pátek 07.08.2020 - Sobota 08.08.2020

Workshop

[Více informací](#) [1]

[REGISTRACE](#) [1]

O akci:

Osvojte si za víkend rituál, který do každého vašeho dne přinese pozitivní náboj a energii. Třicet minut párkrát do týdne stačí k tomu, abyste zmírnily nepříjemné symptomy hormonální nerovnováhy.

Protože i Vy možná taky patříte mezi ženy, které trápí:

- menopauza
- neplodnost
- cysty na vaječnicích
- myomy
- endometrióza
- psychické problémy
- akné nebo jiné kožní obtíže

Věřím, že vše má své řešení a že samouzdravovací kapacity našeho těla jsou takřka nekonečné. Každá máme klíč k uzdravení sama v sobě. Věnujte si víkend a já vám ukážu jednu z cest ke spokojenějšímu životu, kterou máte teď a tady na dosah! Důkazem je více než 5 000 spokojených žen, které prošly mými semináři i 10 let zkušeností i vzdělávání se o této problematice.

Přihlaste se na kurz, na kterém se naučíte ucelenou sestavu cviků hormonální jógové terapie. Cviky jsou navrženy tak, že přímo a účinně působí na celý endokrinní systém a dokáží tak efektivně vrátit hormonální hladinu do normálu. Hormonální jóga kombinuje cviky dynamičtější i klidné, práci s dechem a energií a hlubokou relaxaci.

Program:

1. DEN

17:00 - 18:00 prezence, administrativa (předání podkladů pro cvičení doma)

18:00 - 19:00 co je to HJT, techniky HJT + teoretická část

19:00 - 20:00 zahřívací část - rozcvička

2. DEN

10:00 - 12:00 rozcvička + sestava hlavní část

12:00 - 13:00 opakování celé sestavy, relaxace, dotazy

13:00 - 14:00 pauza na oběd

14:00 - 15:00 cviky proti stresu

15:00 - 18:00 sestava (hlavní část), relaxace, dotazy

Adresa:

Siddha-Yoga studio

Husova 21/13
Liberec 1, 460 01
Česká republika

E-mail:

svethormonalnijogy@gmail.com [2]

Typ akce:

Workshopy a semináře [3]

Cena:

2990 Kč

Na akci vás zve...

Veškerý text je majetkem EuroAge, s.r.o. a je vázán autorskými právy. Všechny fotografie jsou buď majetkem EuroAge, s.r.o. anebo jejích partnerů.

Kopírování nebo jiné formy šíření obsahu jsou bez výslovného svolení EuroAge, s.r.o. zakázány.

© EuroAge,s.r.o. 2014

URL zdroje: <https://www.jogoviny.cz/akce/workshopy-seminare-hormonalni-joga-vikendovy-seminar-s-sarkou-4040>

Odkazy

[1] <https://www.svethormonalnijogy.cz/liberec-srpen.html>

[2] <mailto:svethormonalnijogy@gmail.com>

[3] <https://www.jogoviny.cz/..jogovy-kalendar/%3Ftid%5B%5D%3D179>