

# HORMONÁLNÍ JÓGA

se zakladatelkou  
HJ v ČR  
Martinou Mangovou



## ONLINE seminář HJ pro ženy

s PaedDr. Martinou Mangovou

ve dnech 9. – 10.4.2021

ONLINE přes aplikaci Zoom

Cena semináře 2490,- Kč

v ceně jsou:

- Podklady pro cvičení doma
- Poukázka na slevu 1000,- Kč na opakování stejného semináře

### Hormonální jóga přirozeně odstraňuje

potíže způsobené nízkou nebo rozkolísanou hladinou hormonů  
nespavost, emocionální nestabilitu, pocity stresu, paniky, deprese a únavy,  
intelektuální symptomy, snížení paměti, oslabená štítná žláza,  
přibírání na váze, akné, suchá pleť, vypadávání vlasů a lámavé nehty  
neplodnost, u žen cysty na vaječnících (PCOS), PMS, předčasný přechod,  
nepravidelnosti menstruace

### Naučíte se celou sestavu cviků = vše, co potřebujete

Program:	Pátek 9.4.2021	19 – 21 h	techniky HJ, sestava, relaxace pro lepší spánek
	Sobota 10.4.2021	9 – 11:30 h	aktivační sestava a protistresové cviky
		14 – 16 h	zopakování celé sestavy, dotazy

(drobná změna programu je možná)

[Pro přihlášení a rychlou platbu klikněte sem](#)

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

