

# HORMONÁLNÍ JÓGA

se zakladatelkou  
HJ v ČR  
Martinou Mangovou



## Seminář pro ženy, pro páry i pro muže

s PaedDr. Martinou Mangovou

ve dnech 4. – 5.10.2024

v Rožnově pod Radh., SLUNEČNICE, Zátíší 513

### 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, úbytek svalstva,  
akné, suchá pleť, vypadávání vlasů a lámavé nehty  
neplodnost, u žen cysty na vaječnicích (PCO), PMS, předčasný přechod,  
nepravidelnosti menstruace

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

Cena semináře 2900,- Kč (v ceně jsou podklady pro cvičení doma)

Cena při opakování celého semináře 1800,- Kč

Program: Pátek 4.10.2024 17 – 20:30 h techniky HJ, sestava  
Sobota 5.10.2024 9 – 13 h protistresová část, zopakování sestavy  
(drobná změna programu je možná)

