

# HORMONÁLNÍ JÓGA

se zakladatelkou  
HJ v ČR  
Martinou Mangovou



## Průběžný kurz, 8 setkání vždy v pondělí pro ženy, pro páry i pro muže

s PaedDr. Martinou Mangovou

ve dnech 14.9. – 9.11.2020

ve Znojmě v tělocvičně MŠ, ZŠ a PŠ na Jezuitském nám.1

Cena kurzu 2800,- Kč (v ceně jsou podklady pro cvičení doma)

Při opakování celého semináře je sleva 1000,- Kč = cena 1800,- Kč

Pro pokročilé je cena za 2-hodinovou lekci 300,- a 1-hodinovou 200,- Kč

### 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,  
premenstruační syndrom, nepravidelnosti menstruace, symptomy přechodu,  
návaly, cysty na vaječnicích (PCO), neplodnost, předčasný přechod  
akné, suchou pleť, vypadávání vlasů, lámavé nehty

Je výbornou prevencí do budoucna, optimální péčí o zdraví

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

Program: Pondělí 14.9. - 5.10.2020  
další pondělky

(drobná změna možná)

17.00 – 19 h úvod a sestava HJ

17.30 – 18.40 h opakování sestavy, cviky proti stresu, dotaz

Platbu prosím převedte na účet: 772048741/0100 (KB), jako variabilní symbol uveďte Vaše datum narození (ve tvaru DDMMRR). Do zprávy pro příjemce uveďte Vaše celé jméno a datum akce. Pro závaznou rezervaci místa je potřeba uhradit alespoň zálohu 1000,- Kč. [Pro pohodlnou rychlou platbu klikněte sem](#)

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

