

HORMONÁLNÍ JÓGA

se zakladatelkou
HJ v ČR
Martinou Mangovou



Průběžný kurz, 5 setkání vždy ve čtvrtek pro ženy, pro páry i pro muže

s PaedDr. Martinou Mangovou

ve dnech 26. 2. – 9. 4. 2026

ve Znojmě ve Studiu Prostor, Lahoferova 577, Dobšice

Cena kurzu 3500,- Kč (v ceně jsou podklady pro cvičení doma, videa)

Při opakování celého semináře je sleva 1000,- Kč

Pro pokročilé je cena za lekci 120 minut 390,- Kč / 60 minut 250,- Kč

Hormonální jóga přirozeně odstraňuje

potíže způsobené nízkou nebo rozkolísanou hladinou hormonů
premenstruační syndrom, nepravidelnosti menstruace, symptomy přechodu,
návaly horka, cysty na vaječnicích (PCOS), neplodnost, předčasný přechod
nespavost, emocionální nestabilitu, pocity stresu, paniky, deprese a únavy
intelektuální symptomy, snížení paměti, oslabená štítná žláza, úbytek svalstva,
akné, suchou pleť, vypadávání vlasů, lámavé nehty

Urychluje léčbu, je výbornou prevencí a optimální péčí o své zdraví.

Naučíte se celou sestavu cviků = vše, co potřebujete

Program: Čtvrtek 26. 2. - 9. 4. 2026 19.15 – 20:45 h sestava HJ + protistresové techniky
(drobná změna možná)

Příhlášky na: 602 526 957

www.hormonyoga.cz www.MartinaMangova.cz

