



Odhalme společně její tajemství.

Workshopem Vás provede Michaela Nováková „Na tělo se dívám s pokorou a přistupuji k němu celostně. Přístupem k sobě sama ovlivňujeme to, jak se ve svém těle cítíme, zda jsme zdraví či nemocní, máme zcela ve svých rukou. Stačí jen objevovat, nebát se, zkoumat, prožívat a hlavně UŽÍVAT - Kdo hledá najde”

Pro koho je workshop určený:

Máte pocit, že se v krajině pánevního dna neorientujete? Myslíte si, že pánevní dno jsou pouze svěrače, že posílíte pánevní dno zatažením hýždí či zadržením moči-tak tomu opravdu není !!!

Zajímá Vás Vaše tělo do hloubky?

Zajímá Vás, jak spolu souvisí pánevní dno a emoce?

Cítíte se v napětí, potřebujete se uvolnit?

Chcete se cítit svobodně?

Ztratila jste chuť na intimní prožitky?

Trpíte náznakem inkontinence? Máte pocit, že Vaše pánevní dno není v kondici?

Ráda byste opět našla svojí vnitřní ženu?

Tak se na Vás těším :)

Vaše průvodkyně Míša

14.03. 9.00-12.00

Základy anatomie

Pohled na pánevní dno na úrovni fyzické, emoční a energetické

Praktická cvičení

Sdílení

*Cena 1100Kč**

**Včetně občerstvení*