

• ČCHI – KUNG III • listopad 2025

– cvičení pro lepší energii a pohodu těla a mysli

Přijďte si vyzkoušet základy!

K čemu je to dobré?

- odstraňuje bolesti zad
- pro lepší vnímání energie vlastního těla
- pro lepší pocit ze života
- zlepšení imunity

Seminář je vhodný pro každého

- kdo sportuje, nebo raději čte
- koho bolí záda – aby ho nebolela
- kdo již cvičí – rozšíří si obzory
- kdo je ve formě – bude na tom ještě lépe

Program:

- správný postoj a držení těla
- pohyb a chůze z hlediska funkční fyzioterapie
- péče o energii těla – pro svěžejší pocit
- ladění mysli – bude vám lépe na duši i na srdci

Kdy: Sobota 29. listopadu 2025

Od 10:00 – 14.00

Kde: Ocelářská 16, Praha 9

Co na sebe: čisté boty do tělocvičny, volné oblečení

Cena:

800,- Kč

Přihlášky:

Marek Zeman - mzk4@seznam.cz

nebo sms - 602 120 709



www.shiatsu-masaz.cz