

ČCHI KUNG pro zdraví a vitalitu



Tříměsíční pravidelná 90ti minutová setkávání. Skladba cvičení bude propojením úvodní relaxace, postupného protažení svalů, prvky jógy, ale hlavní roli bude opět hrát **ČCHI KUNG** a filosofie Tradiční čínské medicíny.

Mým přáním je nabídnout vám ucelený způsob, jak vnímat své tělo, jeho potřeby a tím navázat cvičením, které mu bude vyhovovat.

Kdy: 1. setkání 17.9.2018 v 17,30

Kde: Think yoga, Krajinská 31, České Budějovice

Lektorné: 14 setkání (á 180,- při celkové platbě předem = 2520)
200,- individuální platby

Lektor: Karel Tejček, 777 979 690, www.kareltejcek.cz