

# ČCHI KUNG

## OSM KUSŮ BROKÁTŮ

harmonizační cvičení pro zdraví a dlouhověkost



Kultivace životní energie

Odbourání stresu

Harmonizace těla a mysli

Pro všechny věkové kategorie



Meditace

Taoistická rozcvička

Strečink

Automasáž

Srdečně vás zvou na kurz starobylého čínského cvičení. Čchi kung je jedním z pilířů Tradiční čínské medicíny. Naše sestava osmi cviků je zaměřena na posílení všech vnitřních orgánů a protažení páteře. Odstraňuje stres, únavu a napětí ze svalů, zlepšuje fyzickou a psychickou kondici.

**Úvodní lekce: 11.7.2017 v 18.00hod.**

**Kde:** Restaurace v Borku

**Cena:** 50 Kč/90min.

**S sebou:** pohodlné volné oblečení, karimatku, pití a úsměv ☺

Bližší informace: Monika Machová, tel. 607 042 142, [monika.judita@seznam.cz](mailto:monika.judita@seznam.cz)

**Vzhledem k omezenému počtu míst prosím případné zájemce o rezervaci.**