

# Ranní ženský čchi-kung pro probuzení



CESTA INTEGRITY, NÁLEPKOVA  
197/14, BRNO-JUNDOV

Přijďte načerpat energii do  
nového týdne, probudit své tělo,  
uvnitřnit se a spojit se sama se  
sebou.

PONDĚLKY 9-10:30H.-  
ZAČÁTEČNICE I ŽENY, KTERÉ  
UŽ ČCHI-KUNG PRAKTIKUJÍ  
ZAHAJUJEME 24.2.2020, DO  
POLOVINY ČERVNA  
CENA 2880 Kč / POLOLETÍ  
(16 LEKCÍ)

Vede: Renata Michálková,  
certifikovaná lektorka pro čchi-kung

**ČCHI-KUNG** je starodávné  
čínské cvičení pro zdraví a  
dlouhověkost. Jedná se o  
pomalé, plynulé a jemné pohyby,  
které nás učí jít dovnitř těla,  
zastavit se a jen "být". Cvičení je  
prožitkové, uzdravuje tělo a  
propojuje ho s dechem a myslí.

*Program: protáhneme tělo,  
naučíme se jednoduchou  
orgánovou sestavu 5 elementů  
pro posílení zdraví, zrelaxujeme.  
Těším se na Vás.*

Pro přihlášení a více informací:  
Renata Michálková, 724066787,  
reny.michalkova@centrum.cz  
[www.cestaintegrity.cz](http://www.cestaintegrity.cz)