

tematické měsíce

Svaly pánevního dna hrají důležitou roli v životě každé ženy. Pánevní dno je u nich spojováno s plodností, obdobím klimakteria, s případnými menstruačními potížemi, hormonální nerovnováhou, inkontinencí, apod. Aktivní pánevní dno znamená více energie ve všech oblastech života - pro tělo, psychiku i duši. Poďte s námi vyzkoušet jemné jógové cviky na posílení pánevního dna s lektorkou Olgou Ukovou ze studia Jóga Bedřichov.

Centrum Amelie Liberec psychosociální pomoc
pro onkologicky nemocné a jejich blízké

JÓGA NA POSÍLENÍ PÁNEVNÍHO DNA

19. 5. 2022 • 16:30 – 17:30

Místo: budova sdružení DRAK v Oblačné ulici č.p. 450

Lektor: Olga Uková, studio Jóga Bedřichov



Účast je zdarma

Přihlášení na: 608 458 277 nebo liberec@amelie-zs.cz

Centrum Amelie Liberec:

Krajská nemocnice Liberec, a. s., (budova U, 1. patro, vchod z ul. Jablonecká)

Husova 10, 460 63 Liberec

tel.: +420 608 458 277

e-mail: liberec@amelie-zs.cz

www.facebook.com/amelie.zs • www.amelie-zs.cz