

Klub Přátel Pod Maštýřem Přešín ve spolupráci s Alenou Babkovou pro vás připravili na letošní rok cyklus setkání

„NAUČ SE POZNÁVAT SVÉ TĚLO V RYTMU PŘÍRODY“

ČERVEN - na téma:

TENKÉ STŘEVO + TROJITÝ OHŘÍVAČ

S elementem ohně souvisí vedle orgánu srdce i tenké střevo a trojitý ohříváč. Málo kdo ví, že i bolest ramene nebo šíje může mít příčinu ve špatné funkci tenkého střeva. Trojitý ohříváč = „tři ohně“ má na starost dech, trávení, vyměšování a také regulaci tělesné teploty....

Na co se můžete těšit:

- **Technika a cvičení na podporu správné činnosti tenkého střeva**
- **Pozdrav slunce**
- **Ukázka reflexních zón a bodů uvolňujících bloky a napětí související s trojitým ohříváčem**
- **Nácvik techniky, jak regulovat pocity chladu a tepla**
- **A mnoho dalšího**



Kdy: neděle 15.6.2025 od 14,00 hodin

Kde: Klub Přátel Pod Maštýřem, Přešín 16

Pro více informací a rezervace (nutno objednat předem z důvodu omezené kapacity) volejte na tel.č.: 725 663 869 Alena Babková nebo email michvv@seznam.cz
Cena 550,- Kč/osoba (cca 4-5 hodin).

V případě příznivého počasí se kurz uskuteční v přírodě, karimatku a pohodlné oblečení a obuv. Dobrou náladu sebou!

Možnost zakoupení občerstvení po celou dobu konání akce přímo v klubu.