



HORMONÁLNÍ JÓGOVÁ TERAPIE

Pro koho je hormonální jógová terapie vhodná?

- **Pro ženy 35+, ženy v perimenopauze, menopauze, a kdykoliv poté** – ženy v tomto období mohou trpět návaly horka, nočním pocením, sníženou pamětí, nespavostí, únavou, depresí, neschopností se soustředit, bolestí hlavy a kloubů, ztrátou sebedůvěry, úzkostnými stavy.
- **Pro muže 35+, muže v andropauze** - při úbytku fyzických sil, ztrátě libida, zhoršení sexuálních funkcí, zbytnělé prostatě, depresivních a úzkostných stavech, nespavosti, nespecifických bolestech a snížené chuti po životě.
- **U žen mladších 35 let s PMS, problémy s otěhotněním, ztrátě nebo sníženém libidu, po porodech k normalizaci hormonálních změn.**
- **U žen i mužů u jakékoliv hormonální nerovnováhy** – hypo-, hyperfunkce štítné žlázy.

Hormonální jóga **stimuluje funkci všech žláz s vnitřní sekrecí** (hypofýzu, epifýzu, štítnou žlázu, brzlík, slinivku, nadledvinky, vaječníky, prostatu, varlata).

Absolutní kontraindikací jsou nemoci a potíže spojené s nadměrnou produkcí estrogenu, těžká endometrióza, myom větší než 2 cm, těhotenství, těžké psychické problémy, akutní onemocnění, těsně po operacích.

BALNEO LÍPA

Centrum rehabilitace a
fyzioterapie

Seydlerova 2451,

158 00 Praha 13

www.balneolipa.cz

Hormonální jóga není v

žádném případě určena jen ženám.

Naopak. **Všichni muži jsou vítáni!**

Hodiny mají přesný postup.

Zahřívací cvičení, ásany, yoga nidra,
pranayáma a anti-stresová cvičení
na závěr.

CENY

250 Kč / 1 lekce

OBJEDNÁNÍ

Telefon: 296 113 290

Mobil: 731 443 511