



SVĚT HORMONÁLNÍ JÓGY®



Milé klientky,

přímo v našem studiu se můžete naučit celou sestavu Hormonální jógové terapie se Šárkou Simonidesovou. Hormonální jóga je ucelená sestava 21 cviků, kterou se pod vedením této oblíbené lektorky naučíte, a poté už ji cvičíte samy doma, podle svého času a nálady.



## Co můžete s hormonální jógou úspěšně řešit?

Hormonální dysbalance, symptomy přechodu, potíže s otěhotněním, premenstruační syndrom, cysty na vaječnicích, emoční nestabilitu, stres, snížené libido, návaly, nespavost, suchost, zhoršení paměti, lámavé nehty, vypadávání vlasů...

**Skvělé účinky této celosvětově rozšířené sestavy jsou podloženy studiemi.**

**Od 35 let je hormonální jóga vhodná jako prevence výše uvedených potíží.**

## Přihláška na kurz Hormonální jógové terapie

Všechno důležité se dozvíte na [www.svethormonalnijogy.cz](http://www.svethormonalnijogy.cz) po registraci na kurz vám přijdou informace o tom, jak to na kurzu chodí. Máte se na co těšit. 😊

## V našem studiu se můžete těšit na kurz hormonální jógy v sobotu 16.12.2023

### Zajímá vás, kdo je Šárka?

Všechno důležité si můžete přečíst [na jejím webu](#), my ještě dodáme, že Šárka se hormonální józe věnuje přes 12 let, **patří mezi top lektorky u nás**, její kurzy absolvovalo přes 7 000 žen, a loni v květnu vydala svoji první knihu **Jóga pro holky ze Západu**, která má u žen veliké ohlasy, a už se dočkala druhého dotisku.

