MK OVEČKA zve na kurz „Škola pánevního dna“

KURZ PROBĚHNE VE STŘEDY dopoledne: 22.4., 20.5 A 17.6. NA ORATOŘI

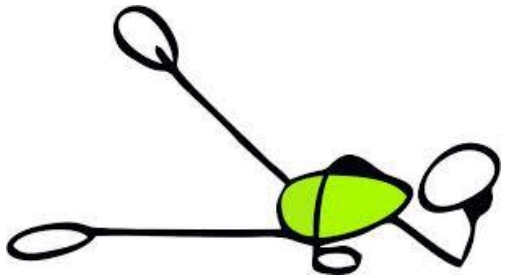
Kurz je vhodný:

- Jako prevence zdraví
- Při poklesu pánevního dna a dělohy
- Při inkontinenci
- při bolestivé menstruaci
- při přípravě na těhotenství

Naučíte se:

- Sestavu cviků metodou 3x3
- Vnímat pánevní dno a jeho vliv na držení těla

PŘIHLÁŠKY U MARTINY TRETEROVÉ 602 273 883



Více o problematice:
http://www.skolapanevnihodna.cz/
Více o lektorce:
http://www.fyzioradka.cz/
Aktuální informace:
http://ujezd.shm.cz/matersky-klub-ovecka/