

*"Pevným pilířem našeho zdraví je přirozená imunita"*

# **JAK ZLEPŠIT VITALITU**



**Zdravá výživa**

**Legerova 68, Kolín**

**pátek 10.1.2025, od 17:00 - 20:00**

## **Co se naučíte?**

**Techniky od hlavy až k patě, které podpoří vaši imunitu a pozitivní postoj k životu. Procítíte radost z pohybu i radost z jógových ásan. Podpoříte léčivé síly vašeho těla. Vaše mysl zažije pocit klidu a harmonie. Cvičení působí jako prevence i podpora léčby diabetu.**

**Na cvičení s vámi se těší Alena Stellnerová**  
**[www.panvicky.webnode.cz](http://www.panvicky.webnode.cz)**

**Cena: 890 Kč, senioři/ky sleva 100 Kč.**

**Přihlašování a informace: [a.stellnerova@centrum.cz](mailto:a.stellnerova@centrum.cz), mob. 777 299 272, přihláška je platná po zaplacení.**

**Na workshop je možné vystavit dárkový poukaz a potvrzení pro zdravotní pojišťovnu. Některé pojišťovny na zdravotní cvičení přispívají.**

**Uzávěrka přihlášek je 6.1.2025.**