Obsah obrázku text

Popis byl vytvořen automaticky

**Obsah obrázku Květinová výzdoba, květina

Popis byl vytvořen automaticky  
Přednáška se CVIČENÍM na téma**

**FUNKČNÍ DÝCHÁNÍ I.**

**PÁTEK 21.2.2025 od 16 h. (cca 2,5 - 3 h.)**   
**Cena: Kč 1.290,--   
Kde: studio Zdravý pohyb ČB, Chelčického 123/6, Č. Budějovice**

Určeno pro všechny, kteří chtějí zlepšit činnost dýchání a umět lépe regenerovat funkce v těle, změnit návyky špatného dýchání, dušnosti, zadýchávání, zmírnit ataky, astmatických projevů, špatné koncentrace, spánkové apnoe, častého zívání, neprokrvování končetin, regenerace po covidu, aj. aj...

První část FUNKČNÍHO DÝCHÁNÍ I. – teoretický úvod, úvodní dotazník, testování ve statice i dynamice, měření + praxe cviků pro část I. Obdržíte manuál cviků na doma. Možnost pokračování – v návaznosti na přednášku se cvičením FUNKČNÍ DÝCHÁNÍ II. – více praxe.

**Ing. Jitka Moulisová**

Obsah obrázku kruh, text, Písmo, logo

Popis byl vytvořen automatickyObsah obrázku interiér, osoba, růžová

Popis byl vytvořen automatickyInstruktor MAT Pilates BBU   
Pohybový specialista IQ pohyb  
DNS trenér prof. Pavla Koláře  
Absolvent Strukturální Pohybové Integrace IQ pohyb  
vč. Herniace meziobratlových disků a bolesti zad,   
Dech a diastáza, Diagnostika  
Spiraldynamik®Basic Move  
Fascie Dr. Robert Schleip  
Instruktor Něžná náruč rodičů Evy Kiedroňové  
Absolvent instruktorského kurzu Oxygen Advantage®

+ dalších přes 100 českých i zahraničních workshopů

15 let lektorských zkušeností v oboru zdravého pohybu