

Hormonyoga ist dazu geschaffen, den Hormonhaushalt in Balance zu bringen. Wie viel mehr Leichtigkeit kann das in dein Leben bringen und welcher Beitrag kann dir dabei die

Gruppe sein?

Ausgewählte Positionen, Atemtechniken und Energieübungen bewirken eine Anregung der Hormonproduktion. Im Fokus stehen dabei die Hormondrüsen Eierstöcke, Schilddrüse, Nebennieren und Hypophyse. Hormonell bedingte Symptome wie Menstruationsbeschwerden, Hitzewallungen, depressive Verstimmung u.a. können verschwinden.

Vitalität, Leichtigkeit und Ausgeglichenheit sind die Folge.

Hormon Yoga nach Dinah Rodrigues, angepasst an deine individuellen Bedürfnisse, unterstützt Dich dabei Deinen Hormonhaushalt ins Gleichgewicht zu bringen.

Hormonyoga kann helfen bei:

- Beschwerden in den Wechseljahren
- PMS & Zyklusstörungen
- verringerter Libido
- unerfülltem Kinderwunsch
- Schilddrüsenproblemen
- Hormonell bedingtem Übergewicht

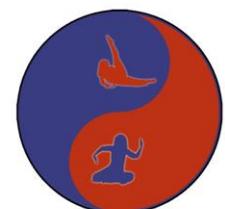
Hormonyoga sollte nicht geübt werden bei:

- Endometriose
- Herzproblemen
- Schwangerschaft
- schwerer Osteoporose
- Brustkrebs Erkrankungen

Info und Anmeldung:

Mag.a Theresa Grießenberger, 0650/80 42 095, hallo@yoga-tanz.net

www.yoga-tanz.net



yoga-tanz.net