

CHCEŠ ZAŽÍT WIM HOF METODU NA VLASTNÍ KŮŽI

POD VEDENÍM MEZINÁRODNĚ CERTIFIKOVANÉHO INSTRUKTORA?

PŘIJĎ NA WORKSHOP WHM S FILIPEM

MŮŽE TI ZMĚNIT ŽIVOT...



WIM HOF METHOD
CERTIFIED INSTRUCTOR

WWW.FILIPZEMAN.CZ

RÁD TĚ S METODOU SEZNÁMÍM A STANU SE TVÝM PRŮVODCEM NA CESTĚ KE ZDRAVĚJŠÍMU A SPOKOJENĚJŠÍMU ŽIVOTU

Společně si ukážeme, jak zlepšit dýchací návyky a:

- snížit úroveň stresu
- zvýšit hladinu energie v těle
- posílit imunitu a kardiovaskulární systém
- zkvalitnit spánek
- vnímat chlad i jinak, než jsme zvyklí

Naučím Tě, jak správně a bezpečně metodu praktikovat.

Seznámím Tě se svými zkušenostmi i s tím, jak mi metoda pomohla zachránit život.

Kromě teorie se zaměříme na praktický nácvik dýchacích technik, vědomou práci s chladem a nastavením mysli.

Finálním bodem je pak dobrovolná dvouminutová koupel v ledové lázni.

JDEŠ DO TOHO SE MNOU?

Aktuální termíny celodenních workshopů vypisuji na mém webu a FB stránkách: @whminstruktor

AKČNÍ 10% SLEVA při objednání do 10. 6. 2022
Cena po slevě: 2 610 Kč/osoba
Případný parták jen za 2 430 Kč

Místa konání: Praha, Statek Polánka u Malešova (10km od K. Hory)

Přihlášky: Tel. 724 931 897, e-mail: info@filipzeman.cz

nebo formulář na www.filipzeman.cz