



ZÁKLADNÍ KURZ FACE JÓGY

Co je FACE JÓGA

je přirozená metoda péče o obličej, která kombinuje cílené cviky, protahování a masáž obličejových svalů, aby zlepšila jejich tonus, prokrvení a vzhled pleti

Co se naučíte

- ranní rozcvičku
- cviky na procvičení celé tváře
- liftingovou masáž
- baňkování tváře



Co získáte

- zpětnou vazbu
- individuální cvičební plán
- tištěné materiály na učení

Kdy a kde ?

13.12.2025 9-12 hodin

Kulturní dům LOUČEŇ

Počet účastníků je omezen.

Rezervuj si své místo

Cena kurzu 1300 Kč

Rezervace 777 332 777

vera.sakova@seznam.cz

