

# PROSTĚ DÝCHÁNÍ



Nabízím pravidelná  
čtvrteční setkávání se v  
prodýchání těla bez rozdílů,  
propojení a praktikování  
technik více i méně  
známých, možnost  
vzájemného sdílení  
životních zkušeností,  
pomalé pohyby k protažení  
těla a vnitřní dotyk.

Každý, kdo léčí...je  
pouze tak dobrý,  
nakolik je schopen léčit  
sám sebe.

Každý, kdo učí... dokáže  
naučit pouze to, co už  
sám vnitřně ví.

Jsme tady proto,  
abychom žili, a to  
někdy znamená  
ušpinit si ruce,  
namočit si nohy a  
uvědomit si krásu  
nedokonalosti.



## KONTAKT

Helena Marie LEX-ová

tel. č.: +420 603876631

čtvrtky od 18. hodiny, v sále PFKC

Hejtmánkovice, č. p.: 64