

# PROSTĚ DÝCHÁNÍ



Nabízím pravidelná čtvrtetní 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