

Az egészség alap pillérei

Április 6-án, szerdán 18 órakor

Kőszegen a Chernel Könyvtárban

Mozgás az élet

Milyen mozgást válasszunk? Hogyan illesszük be a hétköznapiakba?
Az Etká jóga erőgyújtó módszer rövid bemutatása

Tavaszi tisztítókúra és/vagy életmódváltás búzafűlével

***Mire jó a búzafű?** Hatóanyagai révén az egész szervezet működését pozitívan befolyásolja. Frissen préselt leve kiváló méregtelenítő, gyorsítja a vérképzést, javítja az oxigénellátását, regenerálja a sejtműködést, megerősíti az immunrendszert, vitalizálja, élénkíti a szervezetet, segít a rák megelőzésében és legyőzésében, szépíti a bőrt, a haját, és a körmöket, energiát ad és fiatalít.*



Kovácsné Károlyi Zelli, Etká-jóga erőgyújtó módszer oktató
és **Tóth László**, kertészmérnök közös előadása a Nyugat-
dunántúli Etká-jóga Egyesület és a Magyarok Egészségéért
Egyesület közös szervezésében