

Семинар на тему "Как избавиться от болей в спине"



Краснодар, Россия

7 февраля в 16:00–19:00 состоится семинар на тему "Как избавиться от болей в спине". На данном семинаре мы рассмотрим следующие темы:

- Боль в спине;
- основные причины возникновения боли;
- строение позвоночного столба;
- строение мышечного корсета;
- Йога терапевтические упражнения для спины.

Данная тема особенно актуально при современном образе жизни. Особенно, когда за частую большая часть времени проходит в неестественном для человека сидячем образе жизни. Физически все менее активным делается человек в повседневной жизни.

К сожалению проблемы со спиной есть у 80–85% населения.

Так же уже с существующей проблемой в спине люди обращаются к йоге, как к средству излечения. Это абсолютно верный шаг, но везде есть две стороны медали. Так йога может нести излечение, пользу, но с другой стороны может принести вред и травмы.

Поэтому особенно важно вначале ознакомиться с теорией, а затем приходить к практике.

Место проведения:

г. Краснодар, ул. Московская, 124, цокольный этаж

Цена: **400 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Мартыненко Анна

89284111168

ул. Московская, 124