Здоровье человека.Здрава. Гимнастика. Русская Здравница.

Оренбург, Россия

Здрава, комплексная гимнастика.

Возвращает к жизни.
Учит управлять жизненным ресурсом.
Поддерживает хороший жизненный тонус и прекрасное здоровье.

Приглашаю Вас на занятия по русской системе восстановления и укрепления здоровья. известная под именами - "Здрава", она же Русская Здравница, Вьюн, Потягивание Рыси, Суворовская зарядка, Адаптивная, эстетическая и восстановительная гимнастика.

ЗДРАВА – традиционная система укрепления и сохранения здоровья, включающая в себя комплекс направленный на восстановление жизненных сил, получение мощного запаса энергии.
Поднятие общего тонуса организма и повышение его жизненной активности и работоспособности.

это специальная система тренировок, дающая мощный заряд телу, бодрость, веру в себя и свои силы, хорошее физическое самочувствие и благостное душевное состояние.
Простые и эффективные методы восстановления и укрепления физического и психического здоровья.

Особенности системы
Сочетание движений, дыхательных упражнений, системы знаков и образов, особого эмоционального настроя способствует эффективному восстановлению и укреплению здоровья.
Простота и легкость упражнений, постепенное увеличение нагрузки и сложности дает возможность их выполнения в любом возрасте.
Система опирается на проверенный веками опыт народа, русскую ментальность и традиционное мировоззрение. Упражнения основываются на житейской мудрости, народной смекалке и способствуют увеличению продолжительности жизни.

Занятия проходят еженедельно. По всем вопросам звоните по указанному телефону.
Начало жизни. Здраво. Жить. Русская система.Русские практики.

Цена: **300 руб.**	Тип объявления: Услуги, предлагаю	Торг: неуместен

Здравич Андрей	**+79325522148**	**Салмышская 52/2**