

Kriston Intim Torna

2018. május 12-13.

ESZTERGOM Szentgyörgymezői Olvasókör

" a torna hatása már a férjem szerint is érezhető 😊 " írta szűk 3 héttel a Kriston Intim Torna tanfolyam után egy 2 gyermekes fiatalasszony.

A tréningen 2x6 órában tanulunk: magunkról, testünkről, lelkünkről, intim egészségünk megőrzésének, helyreállításának lehetőségeiről.

További információkat találsz: www.intimorvos.hu,
www.intimtorna.hu

A tréning tudatosabb szervvédelemhez, egészségesebb alhasi működéshez, örömtelibb szexuális élethez, irányítottabb záróizom működéshez vezet. Oktatási módszere mindenKIT képessé tesz a mozgás elsajátítására, akinek mozdítható a záróizma."

Egyéni, kiscsoportos (5 főtől) foglalkozásokat rendszeresen tartok a térségben, ha más helyszín, időpont jobban megfelel, szeretettel várom a kérdéseket, jelentkezést a lenti telefonszámon vagy e-mailben.

Érdeklődés, bejelentkezés: 06-30-297-1650; gatizomtorna@gmail.com

Kriston Andrea: Kriston intim torna (KIT) CD

Kezdő és haladó gyakorlatokat tartalmaz a rendszeres gyakorláshoz, amit a tanfolyam végén a személyre szabott gyakorlatsor mellé adunk minden résztvevőnek.

Szeretettel várunk mindenKIT!

Oktató: Dr. Skultéti Judit

