



# Změň svůj dech, změníš si život

Funkční dech je jedním  
z nejúžasnějších nástrojů ke  
zlepšení zdraví a kvality života.

- biochemie a biomechanika dechu
- dech a pohyb
- dech a řeč
- pročištění dýchacích cest
- navýšení kapacity plic
- dech jako průvodce na cestě zpět k sobě
- a ještě něco navíc...



**OXYGEN ADVANTAGE**  
CERTIFIED INSTRUCTOR

...na celodenním semináři **Daniela Škárky**, certifikovaného  
instruktora Oxygen Advantage.

- sobota 23. listopadu, 9:00 - 17:00 hodin
- **čítárna knihovny** v kulturním domě
- **kapacita maximálně 15 osob**
- **cena 1.200,- Kč** (v prodeji od 8. listopadu)

Ize zakoupit v informačním centru v kulturním domě a online na [www.kdk.cz](http://www.kdk.cz)