В 43 года я поняла, что вся разваливаюсь: то голова болит, то спина, то варикоз. Да, это все сидячая работа за компьютером. Возрастные проблемы дают о себе знать: метаболизм стал хуже, все стареет. И назад пути уже нет. Даже занятия йогой не помогают. Как начинает болеть голова, что только не перепробуешь: и душ, и массаж, и чаю выпьешь, - ничего не помогает. Потом уже таблетку пьешь. Но она тоже не помогает. Последний раз голова заболела во время ПМС. Я чувствую, что защемляет нерв в тазобедренном суставе, затем идет защемление в шейном отделе. И начинается затылочная головная боль. Ты знаешь причину, а помочь себе не можешь. Или может это просто лень?

Вот и вчера голова опять разболелась. Устала я терпеть головную боль. И прямо с больной головой села перед монитором для занятия кундалини-йогой. Делала я комплекс для снятия напряжения тазобедренных суставов. Имеется прямая связь тазобедренных суставов с мозгом. Если эти суставы расслаблены, не заблокированы, энергия течет свободно и никакой преграды на пути не встречает. А значит и снимается головная боль. К середине комплекса голова у меня прошла. К концу комплекса я ощутили прилив сил и желание работать. Я уже пробовала преподавать йогу в клубе. Но что-то она у меня не очень пользовалась популярностью. Вчера после прилива сил возникла у меня идея продолжать свой бизнес. Вот я и приглашаю вас к пока себе домой на занятия йогой. Да, я понимаю, как тяжело себя заставить заниматься после работы. Вы устали. Но я вам предлагаю только те упражнения, которые только прибавят вам сил. Просто посмотрите мое видео с комплексом энергетических упражнений, выполняйте их в каждое утро и уже через неделю вы почувствуете, что здоровья и сил у вас прибавилось. Всего вам наилучшего! И звоните: 8-904-775-97-50 (Волгоград, Красноармейский район)