ТАНЕЦ ДЛЯ НЕГО И СЕБЯ

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА ПОМОЧЬ МАКСИМАЛЬНОМУ ЧИСЛУ ЖЕНЩИН НАУЧИТЬСЯ ТАНЦЕВАТЬ И ВОССТАНОВИТЬ ГАРМОНИЧНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

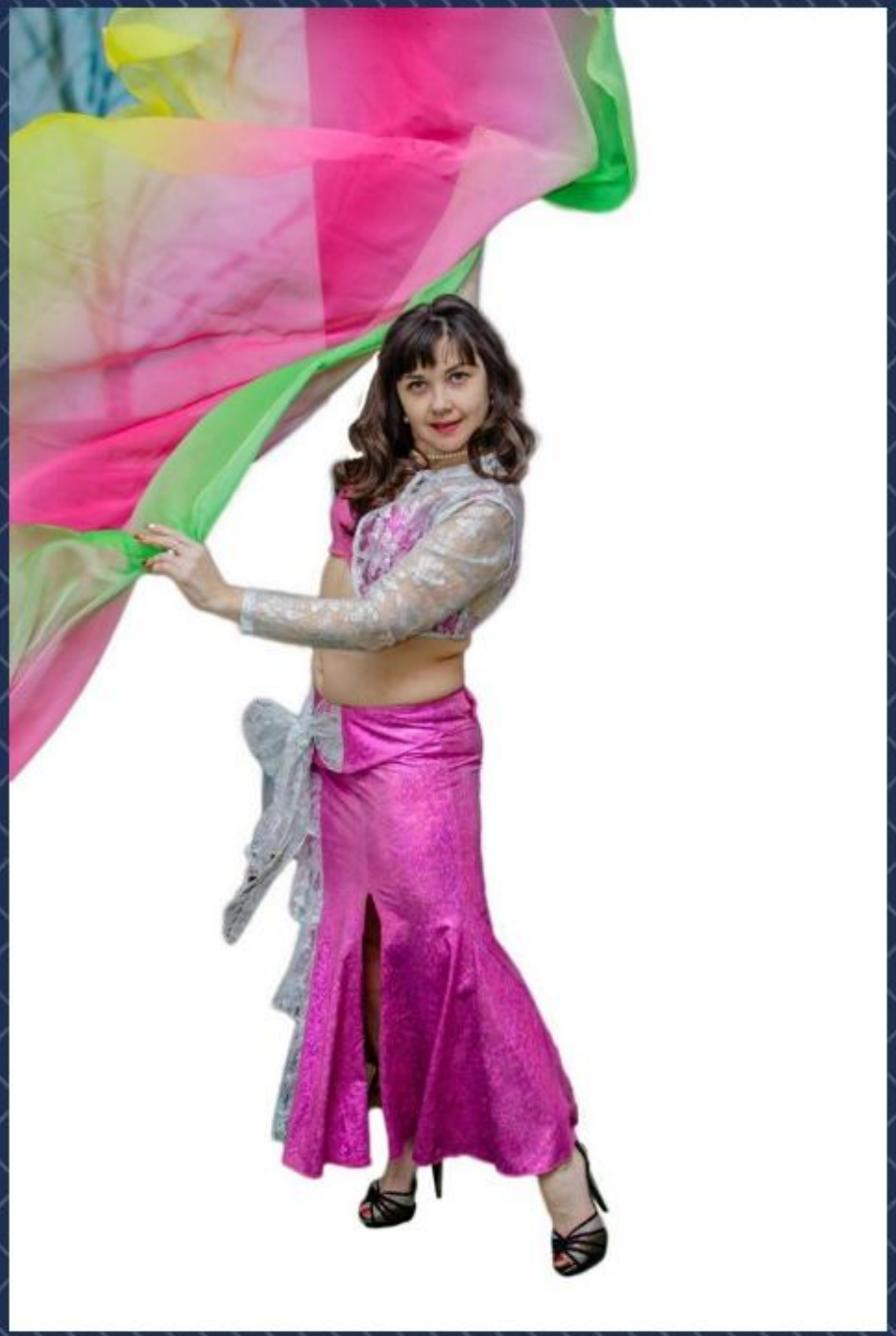
ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

ПРАКТИКА

ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

НАЧИНАЕМ ДЕЙСТВИЕ

Энергетическая зарядка для рук!



КАК СТАТЬ КОРОЛЕВОЙ МУЖСКОГО СЕРДЦА,

Создавать жизнь о которой мечтаешь

ЗНАКОМСТВО УЧАСТНИКОВ

ЦЕЛЬ БЕСПЛАТНОЙ ОНЛАЙН ИГРЫ ВЫЯСНИТЬ, ЧТО ВОЛНУЕТ ЖЕНЩИН, ЧТОБЫ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМИ.

ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

Специалист по танцевальным практикам **20** лет фитнес-тренер и эксперт в области оздоровления.

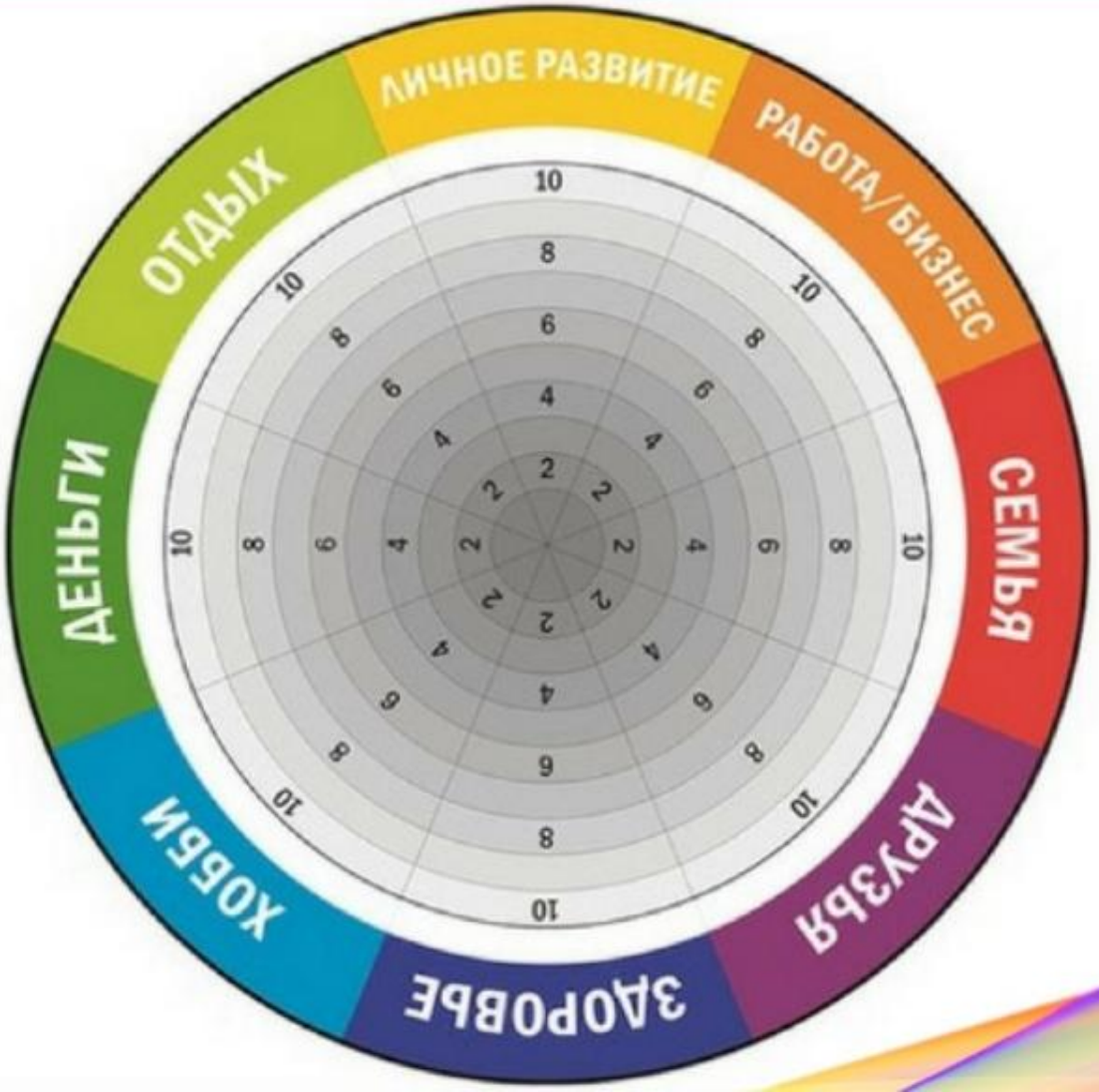
УСЛЫШАТЬ ЗОВ
восточного танца, экзотического,
загадочного, чувственного.

РАЗВИВАТЬ ЖЕНСКУЮ интуицию,

ПРАКИКА!

НАЧИНАЕМ

ЛАРИСА ДЕРБАСОВА



ТАНЕЦ как ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА

вырабатывает выносливость
тренируется сердце,

- повышается гибкость суставов,
- улучшается самочувствие,
- поднимается настроение.

Танец живота. Все танцевальные движения сосредоточены в области живота, талии, бедер.

нормализуется работа кишечника,

• стимулирует обмен веществ,

• способствует сжиганию жира и борьбе с лишним весом.

Танец живота. Все танцевальные движения сосредоточены в области живота, талии, бедер.

Учат расслабляться или наоборот, наполняться энергией

Учат нас управлять своим эмоциональным состоянием

Улучшают состояние здоровья!

Помогают изм

енить образ жизни и получать от этого удовольствие

ЭНДЖОЙ

ПОЛУЧАТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ И НАСЛАЖДЕНИЕ

что ты делаешь и для кого делаешь

ЭНДЖОЙ

Каждая женщина красива.

Каждая женщина талантлива или способна эти таланты раскрыть внутри себя.

Каждая женщина - ЛИЧНОСТЬ!
Та, которую она несет миру, разовьет своим трудом и будет совершенствовать далее

ЭНДЖОЙ

МИКС фитнеса,

ВОСТОЧНОГО ТАНЦА

Самомассажные техники

Биологически активных точек,

йоги

Медитации

ПРАКИКА !

НАЧИНАЕМ

ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

Медитация очистка чакр

Благодарю за внимание

До встречи!!!