

# ТАНЕЦ ДЛЯ НЕГО И СЕБЯ

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



# ПРАКТИКА

ЛАРИСА ДЕРЬБАСОВА

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 ДЕРЬБАСОВА



# ЛАРИСА ДЕРБАСОВА

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



УСЛЫШАТЬ ЗОВ

восточного танца, экзотического,  
загадочного, чувственного.

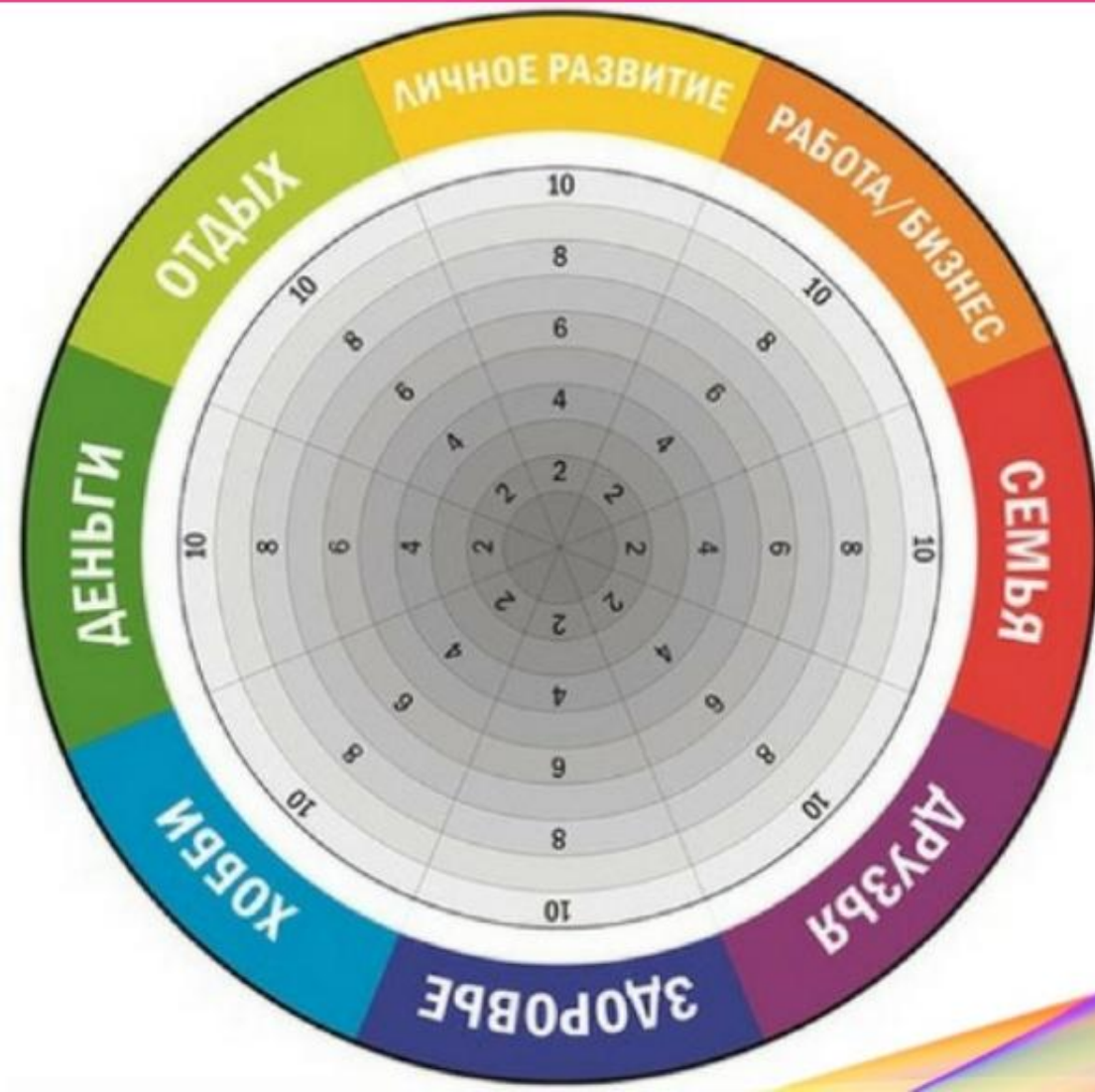
РАЗВИВАТЬ ЖЕНСКУЮ интуицию,



# ПРАКТИКА!

## 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



# ПРАКТИКА!

## НАЧИНАЕМ

ЛАРИСА ДЕРЬБАСОВА

### Медитация очистка чакр



# Благодарю за внимание

## До встречи!!!

