

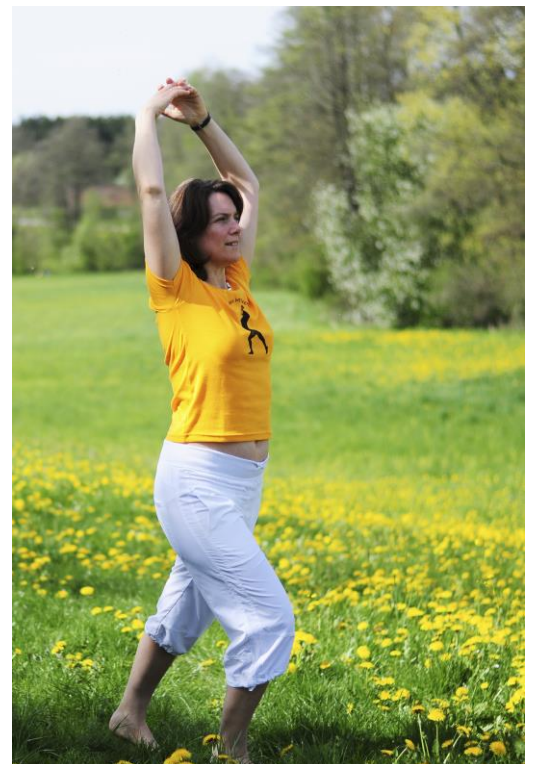
AVIVA – Grundkurs

mit Beate Plangger

**Aryana Mazdaznan Zürich, Mainaustrasse 53
Am Samstag 22. Oktober 2016, 13:00-18:00 Uhr**

Die Aviva-Methode wurde von Aviva Steiner, Tänzerin und Körpertherapeutin, entwickelt. Sie besteht aus einer Reihe von Körperübungen, die unser Becken beleben und dadurch verschiedenste Beschwerden nicht nur vorbeugen, sondern auch wieder in Ordnung bringen können.

- bei Problemen in Zusammenhang mit dem Menstruationszyklus
- bei starken Schmerzen vor und während der Menstruation
- bei unregelmäßigen Zyklusfolgen oder übermäßig starken bzw. lang anhaltenden Blutungen
- bei Problemen vor und während der Wechseljahre
- falls Inkontinenz ein Thema ist
- für Frauen mit Kinderwunsch
- oder gilt es einfach nur, unsere Jugendlichkeit zu bewahren oder wieder zu erlangen...



Die Aviva Übungen sind einfach zu erlernen, machen Spaß und sind so wirkungsvoll, dass sie nur 2 Mal pro Woche ausgeführt werden sollen.

Kosten: CHF 100.-/EUR 90.- (inbegriffen Seminarkosten + Zwischenverpflegung)

Verbindliche Anmeldung bis 17.10.2016, Überweisungen bis spätestens 19.10.2016

CHF - 61-27508-6, IBAN CH85 0900 0000 6102 7508 6, BIC POFICHBEXX, PostFinance, CH-3030 Bern
EUR - 91-745499-9, IBAN CH73 0900 0000 9174 5499 9, BIC POFICHBEXX, PostFinance, CH-3030 Bern

Bei Fragen Elisabetta Busco, T/F +41 61 601 22 66, M 079 524 19 53, **b-s-naturwaren@hotmail.ch**

Tagesseminar „AVIVA-Grundkurs“ mit Beate Plangger, Samstag, den 22.10.2016,
Aryana Mazdaznan, Mainaustrasse 53, 8008 Zürich, melde ich folgende Personen an:

Name/Vorname:.....
Name/Vorname:.....
Strasse:.....
PLZ, Wohnort:.....
E-Mail Adresse:.....
Telefon:.....
Datum und Unterschrift:.....
Ich habe am.....die Summe von CHF/EURO.....überwiesen.

Senden an: **BUSCO+SCHNEEBELI NATURWAREN, Erlensträsschen 43, 4125 Riehen, b-s-naturwaren@hotmail.ch**

Die AVIVA-Methode

In 30 Jahren Forschungsarbeit hat Aviva Steiner eine Bewegungsreihe entwickelt, die den Körper dabei unterstützen, den Hormonhaushalt wieder in Ordnung zu bringen.

Die speziellen Übungen stärken und durchbluten die Beckenorgane. Aufgrund der Zusammenarbeit mit hunderten Frauen, die AVIVA regelmäßig praktizieren, hat sich gezeigt, dass in vielen Fällen sogar Zysten, Myome, verschlossene Eileiter, Gebärmutterkrankheiten, Hitzewallungen, übermäßige Behaarung bis hin zu Austrocknung und Frigidität mit diesen speziellen Übungen gelindert oder aufgelöst werden konnten.

Durch die gezielten Bewegungen wird der Blutkreislauf in der Beckenregion gesteigert und die Organe dort werden besser durchblutet und mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt, was für eine gesunde Funktion der Geschlechtsorgane sehr wichtig ist.

AVIVA wirkt auch auf den zentralen hormonellen Regler, die Hypophyse ein. Somit hat diese Methode einen positiven Einfluss auch den restlichen Organismus.

Es gibt auch spezielle Übungen für Männer, die auf den Hormonhaushalt und die Fruchtbarkeit des Mannes positiv einwirken.

Beschränkte Teilnehmerzahl!