



vladimíra naušová  
celostní terapeutka, lektorka



## Celoroční očisty a regenerace těla, mysli, života

Budu vás provázet svými zkušenostmi za 20 let terapeutické praxe ☺

### 1. CELOSTNĚ

- s poznatky Áyurvédy - vědy o životě a Tradiční čínské medicíny
- podle principů Pěti elementů, lunárního cyklu a biorytmů těla
- očištěním zvenku i zevnitř, vodou, jídlem, dechem, pohybem, klidem, sebepoznáním, sebezkušeností, děláním i nicneděláním...

### 2. ODBORNĚ

- vzděláváním v oblasti Áyurvédy a zdravého životního stylu u MUDr. Freye ve škole ADVANA
- praxí áyurvédského, léčebného makrobiotického i zdravého vaření
- získanou certifikací Výživový poradce u Norman's Academy
- tříletou praxí asistentky u celostního lékaře MUDr. Lebenharta
- přednáškovou činností na téma zdraví, výživa, jóga, Žena, Áyurvéda...
- praktickými zkušenostmi z vlastních kurzů zdravého vaření, jógy
- praxí z vedení sebepoznávacích seminářů / Elementy v nás, TAO ženy.../
- inspirovaná vlastní kuchyní / chutná mi Středomořská i Indická ☺/

3. **JEDNODUŠĚ a PESTŘE**, aby to zvládli všichni i při práci a rodině

4. **BEZPEČNĚ** s ohledem na výživové potřeby těla a váš zdravotní stav

5. **LÁSKYPLNĚ** a s úctou k životu a šetrně k Matce Zemi...

*Vlad'ka Naušová* ☺

[www.vladimiranausova.cz](http://www.vladimiranausova.cz)