

Věřili byste, že něco tak obyčejného jako dech zásadně působí na kvalitu spánku, navyšování výkonu ve sportu, fungování trávicího systému i zvládání stresových situací? Nebo že může eliminovat projevy PMS, migrén, ADHD či astmatu? Objevte s certifikovaným master instruktorem systémů OXYGEN ADVANTAGE a BUTEYKO a zakladatelem holistického přístupu 5 PILÍŘŮ ZDRAVÍ nečekané souvislosti! Vše prakticky, funkčně a s lehkostí – zkrátka tak, že se biochemie dechu přirozeně propojí s pohybem i mentálním nastavením.

Čte Mario Kubec

Celková délka 9 hodin 48 minut
Nezkrácená audiokniha ve formátu MP3
PRODUKCE: Kateřina Janebová
HUDBA: Patrik Kee
NATOČENO: ve studiu Chicsound

Nahrávka vznikla podle knihy *Změň svůj dech
a začnou se dít věci* vydané nakladatelstvím
CPress v roce 2023.

Vydalo nakladatelství VOXI v Brně roku 2024
ve společnosti Albatros Media a.s. se sídlem
5. května 22, Praha 4.
© Rostislav Václavek, Petra Macháčková, 2024



» VOXI

www.albatrosmedia.cz
CZ 399 Kč / SK 16,49 €

Cena uvedená výrobcem představuje nezávaznou
doporučenou spotřebitelskou cenu.