

V Ostravě 11.11. 2021

## Krásný den, milá ženo,

píšu Ti dnes osobní vzkaz, protože možná i ty, když se na sebe díváš do zrcadla, vidíš obličej s povadlou a matnou tváří?

**Možná, že žena, kterou vidíš, vypadá unaveně a má vrásky?**

Třeba už používáš drahou kosmetiku, ale **zázraky se nedějí**. Vnímáš, že tvá pleť potřebuje něco víc, ale nevíš co, a cítíš se zmatená.

**Nepotřebuješ vypadat na dvacet let, ale nejlépe ve svém věku.**

**Přeješ si, aby tvá pleť znovu zářila, byla pevná** a nemusela ses schovávat pod nánosy makeupu.

Jako máma se staráš o své děti, ale **sebe jsi odsunula na druhou kolej**. Možná jsi zapoměla, že uvnitř jsi žena, která čeká na probuzení.

Pro **zvýšení sebevědomí** jsi možná uvažovala o zákrocích estetické chirurgie, ale nesouzníš s touto volbou.

Vnímáš nejistotu, že zákrok nemusí být úspěšný. **Bojíš se, že bys vypadala příliš uměle a výsledek by se ti nelíbil.**

Píšu Ti osobně takto naléhavě, protože **vím, jaké to je.** V mých 35 letech, jsem začala řešit svůj vzhled.

Měla jsem za sebou náročné stresové období a to se podepsalo na mém obličejí. Byl pohublý, když jsem se usmála, **na tvářích jsem měla rýhy, měla jsem vrásky na čele a mezi obočím.** Cítila jsem se vyždímaně.

**Jako máma jsem věčně nic nestíhala a moc jsem se o sebe nestarala.** Spoléhala jsem na to, že se v létě opálím a budu vypadat lépe.

**Nebyla jsem spokojená s odrazem v zrcadle a možná i ty to tak máš.**

Viděla jsem ženu, která nezáří, nesměje se a má ustaraný pohled. **Má tehdejší péče o pleť byla o odlíčení obličejí a použití denního krému.**

Nevěděla jsem, jestli mám začít kupovat dermokosmetiku, biokosmetiku, kosmetiku z parfumerie nebo jestli bude stačit kosmetika z drogerky?

Zvažovala jsem **návštěvu kosmetičky** a nebo jít rovnou na **konzultaci k lékaři estetické medicíny** a zeptat se na "nejšetrnější zákroky".

Cítila jsem se zmatená a žádný z těchto nápadů pro mě nebyl přesvědčivý. Přála jsem si něco neinvazivního, ale účinného. **Nechtěla jsem být závislá na opakovaných zákrocích a dostat se tak do uzavřeného kruhu** na úkor mého zdraví a peněženky.

Přála jsem si **dlouhodobý a přirozený efekt, ale připadalo mi to jako "mission impossible"**.

## **Našla jsem cestu k přirozeně mladistvému vzhledu.**

Narazila jsem na obličejovou jógu. Mám ráda pohyb a to, že bych mohla **cvičit svaly na obličeji, se mi zamlouvalo**. Asi po 14 dnech cvičení jsem viděla zlepšení a taky jsem se **naučila nekrčit čelo**. Pro mě prakticky nemožná věc. Wow, byl to skvělý pocit!

**Zjemnila jsem si vrásky a můj obličej už nevypadal unaveně. Cítila jsem se zase sebevědomě.**

Chtěla jsem více informací, a proto jsem se rozhodla absolvovat lektorský kurz.

## **Proč bych měla cvičit obličejovou jógu?**

Možná si kladeš tuto otázku. Ano, existují i jiné způsoby jak neinvazivně ošetřovat pleť, ale

**obličejová jóga se zaměřuje na důsledek (vráska, otok) i příčinu.**

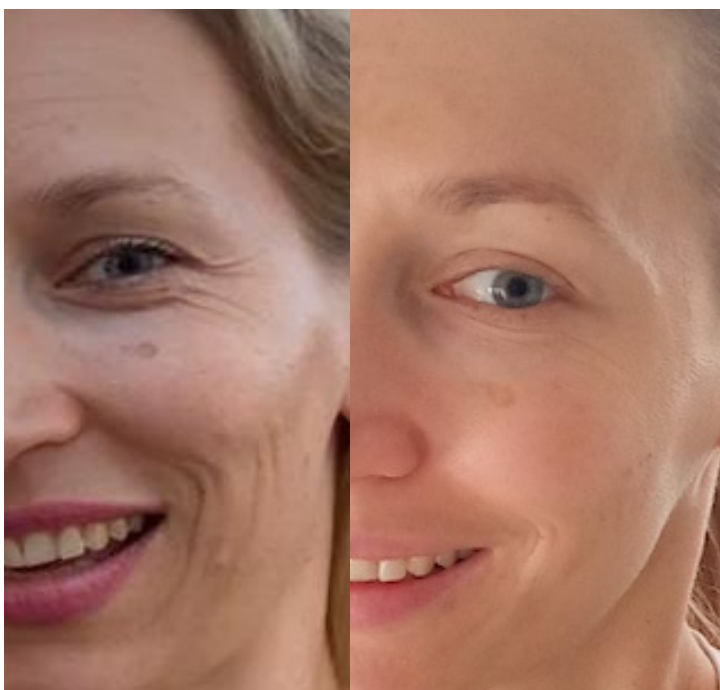
## **Metoda SVALOVÉ ROVNOVÁHY**

Faktem je, že postupem času naše svaly začnou pracovat v nerovnováze.

**Určité svaly v obličejí přetěžujeme**, protože **jiné zase používáme velmi málo** a tím se nám tvoří vrásky.

Představte si že když tento rozdíl vyvážíte, tak si **zjemníte vrásky a vaše pleť bude pevnější a zářivější.**

Každá oblast tváře má svůj specifický problem, který jde vyřešit.



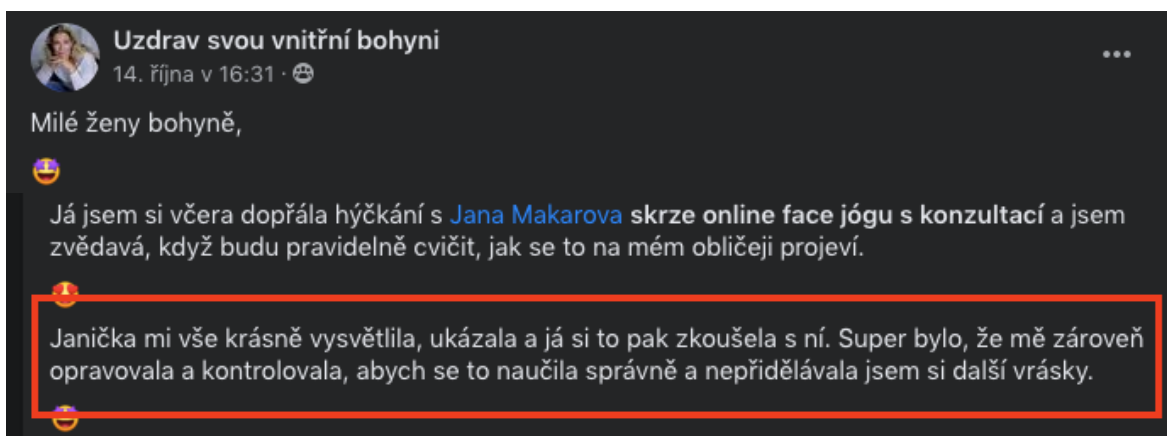
**Zažila jsem  
na vlastní  
kůži proměnu  
své tváře a  
můžu ti  
ukázat cestu.**

**Představ si jaké by to bylo, kdyby sis  
zpevnila pleť a zjemnila vrásky? Jak by ses  
cítila?**

Díky mým kurzům a individuálním hodinám jsem zjistila, že si  
potřebujete **cviky opakovat samy doma podle návodu a  
taky mít po ruce průvodkyní, která motivuje a pomůže.**

**Mám radost předávat své zkušenosti a  
pozorovat proměny.**

S ženami cvičím většinou online přes individuální hodiny nebo online kurzy. Přečti si jejich reakce na mé individuální hodiny:



—— *Jana Kovaříková - terapeutka, koučka, průvodkyně žen*

“S Janou jsem absolvovala hodinu individuální obličejové jógy. Musím říct, že mě to bavilo moc. A ještě jsem měla super pocit, že pomáhám svému obličejí cítit si svěže. 😊 Cviky byly snadné a dobře proveditelné. Tedy až asi na 2. Tam jsem zjistila, že mám svaly nějaké líné.

**Že je v podstatě nepoužívám a při úsměvu používám jiné a tím si tvořím své specifické vrásky. Každopádně Janu moc doporučuji. Ví, co dělá. Je velmi příjemná. A za tu hodinu mě namotivovala tak, že jsem cvičila i při řízení v autě.**

Samozřejmě jen to, co šlo. Chci tím říci, že jakmile mám chvíli, tak si něco zacvičím. Jsem zvědavá na první změny. 😊”

—— *Lucie Pelíšek,*  
*alternativní terapeutka a průvodkyně žen*








**Proto vznikl 14 denní kurz obličejové jógy pro začátečníky:**

## **Přirozeně bez vrásek za 14dní**

Během dvou týdnů **Ti předám to nejdůležitější**, abys začla cvičit co nejdříve. V šesti lekcích Ti ukážu, jak praktikovat cviky, kterými si po čase vybuduješ návyk.

**Tréninky jsou jednoduché a jsou uzpůsobeny pro zrychlený život maminek a žen.** Proto by ti neměly po „zažití“ zabrat více než 10 min denně.

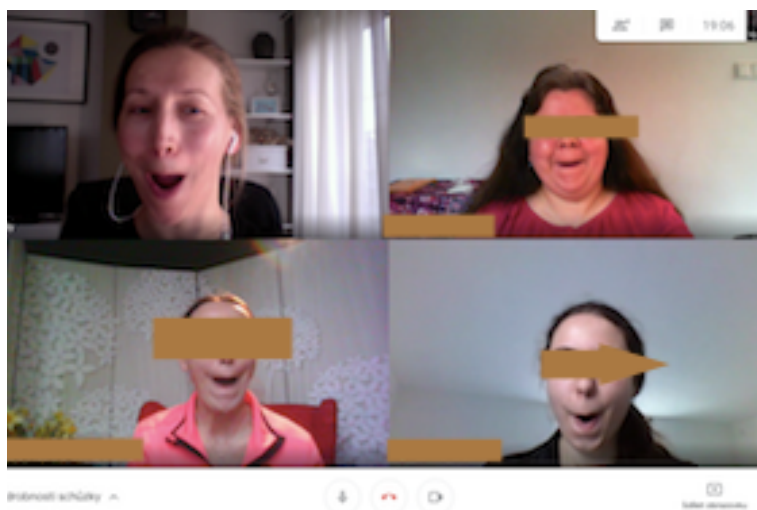
**Kurz “Přirozeně bez vrásek za 14 dní” obsahuje:**

-  **14 denní online kurz s** mou osobní **podporou** v rámci FB skupiny
-  **přístup k celému kurzu Ti zůstane**, budeš mít čas si projít všechny lekce svým tempem a opakovaně
-  **6 unikátních videolekcí** pro zpevnění celého obličeje
-  rady **jak cvičit bez chyb**, tipy na nejčastější zlovyky, které způsobují vrásky
-  **živé vysílání** na odpovědi k otázkám

## Po absolvování kurzu:

- ✓ začneš správně praktikovat cviky
- ✓ budeš vědět jak si **zjemnit vrásky** na čele, mračivku, vějířky, povolené vrchní víčka, kruhy pod očima, vrásky kolem úst, nosoretku, povolené tváře, spodní kontury, podbradek
- ✓ budeš vědět **jak na pevnou pleť**
- ✓ osvojíš si **jednoduchou a účinnou rutinu**, která ti nezabere hodně času a podpoříš tak vznik nového návyku
- ✓ objevíš v sobě **sebevědomou a spokojenou ženu** a obohatíš sebe sama

**Nikdy není příliš brzy ani příliš pozdě.**



Můžeš začít cvičit v jakémkoliv věku. Na cvičení nebudeš sama, budu Tvým průvodcem. Já sama jsem si prošla proměnou, **znám cestu a tu předávám i ostatním ženám.**



**DNES si můžeš koupit kurz**

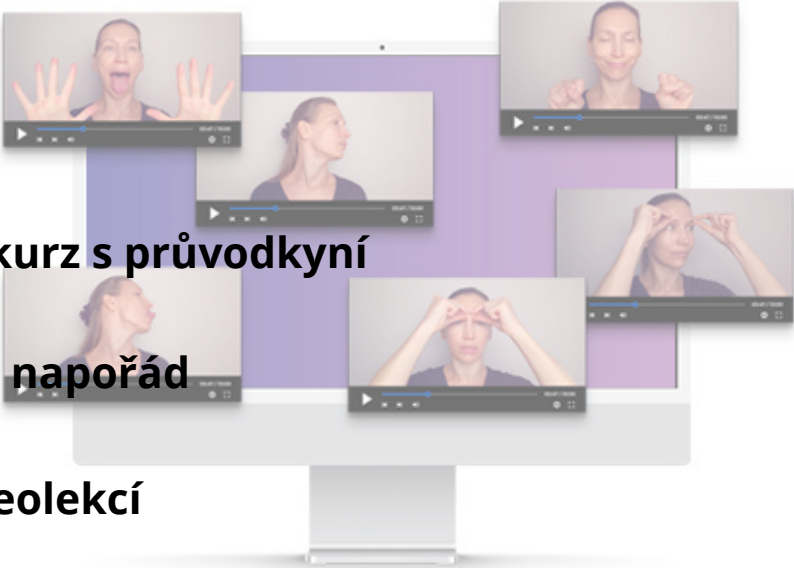
**JEN ZA ~~2.990 Kč~~**

**860 Kč**

**KOUPIT**

Za cenu jednoho krému zjistíš, co na obličej opravdu funguje.

**VSTUPEM do kurzu získáš:**

- 
- ✓ **14 denní online kurz s průvodkyní**
  - ✓ **přístup ke kurzu napořád**
  - ✓ **6 unikátních videolekcí**
  - ✓ **radý jak cvičit bez chyb a na co si dát pozor**
  - ✓ **živé vysílání na odpovědi k otázkám**

**Celý online kurz** a živé vysílání **bude probíhat v soukromé facebookové skupině, jen pro členky kurzu** Přirozeně bez vrásek za 14 dní. Záznamy budou také uloženy v členské sekci na webu.

**Lekce se budou zveřejňovat postupně.** Pokud nestihneš začátek, nebo nebudeš moct pokračovat v harmonogramu, pojedíš podle vlastního tempa a kdykoli si pustíš záznam.

**Pouze DNES** získáš navíc:

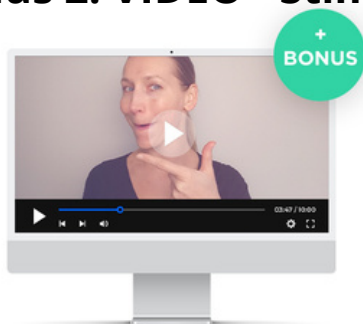
**Bonus 1: PDF Manuál ke kurzu + Tahák na zrcadlo**



Můžeš si cviky vytisknout a mít je tak po ruce.

~~660 Kč~~ **ZDARMA**

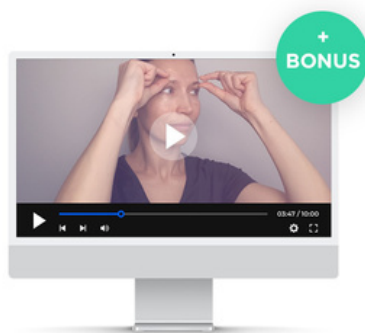
**Bonus 2: VIDEO - Stimulace akupresurních bodů**



Rozproudíš si jemnou energii v obličeji a uvolníš si napětí pro zdravou a zářivou pleť.

~~320 Kč~~ **ZDARMA**

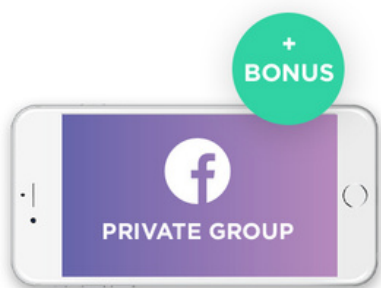
### Bonus 3: VIDEO - Facelift masáž



Rozproudíš si lymfu a podpoříš tvorbu kolagenu a elastinu pro pevnou pleť.

~~320 Kč~~ **ZDARMA**

### Bonus 4: Soukromá FB skupina



Bezpečný prostor pro účastnice kurzu s mou osobní podporou.

**SAMOSTATNĚ NEPRODEJNÁ**

Možná váháš, jestli je tato nabídka pro tebe. Nechci, abys něco riskovala.

**Proto ti dávám na kurz  
100 % garanci vrácení peněz**



A to na 14 dní od prvního dne začátku kurzu. Pokud zjistíš, že kurz není pro tebe, stačí mi napsat a pošlu ti peníze zpět. Je to v pořádku a zůstaneme přáteli.

# Jen DNES získáš:

- ✓ **14 denní online kurz** ~~1.690 Kč~~
- ✓ **BONUS 1** - Manuál a Tahák na zrcadlo ~~660 Kč~~
- ✓ **BONUS 2** - Video - Akupresura ~~320 Kč~~
- ✓ **BONUS 3** - Video - FaceLift masáž ~~320 Kč~~
- ✓ **BONUS 4** - podpora ve FB skupině ~~Neprodejná~~

---

Celková hodnota ~~2.990 Kč~~  
**860 Kč**

ANO, chci využít tuto nabídku  
**A VSTOUPIT DNES JEN ZA**

~~2.990 Kč~~

**860 Kč**

**VSTOUPIT**

Nabídka platí jen do 16.11. 2021