

郑州空中瑜伽培训郑州空中瘦身瑜伽帕玛瑜伽会馆

产品名称	郑州空中瑜伽培训郑州空中瘦身瑜伽帕玛瑜伽会馆
公司名称	郑州市郑东新区帕玛瑜伽会馆
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	郑州市郑东新区建业五栋大楼C栋508号
联系电话	0371-53309993 13253365957

产品详情

空中瑜伽又叫反重力瑜伽，利用空中瑜伽吊床，完成哈他瑜伽体式。练习者感受到身体体重，加深体式的伸展、阻力和正位能力，具有高效的放松、疗愈、瘦身效果，更具有趣味性...

又叫反重力瑜伽，利用空中瑜伽吊床，完成哈他瑜伽体式。练习者感受到身体体重，加深体式的伸展、阻力和正位能力，具有高效的放松、疗愈、瘦身效果，更具有趣味性和互动性.好处1.增加活力，来处瑜伽对脑部与腺体的作用。2.外观与心情的年轻：瑜伽减少面部皱纹，产生天然的“拉皮”效果。3.活得更久：瑜伽影响所有长寿的条件，如脑部、腺体、脊柱与内部器官。4.增加疾病抵抗力：瑜伽锻炼出一副健壮的体格，免疫能力也增加。这个加强的抵抗力可以对付从感冒到诸如癌症的各种严重病症。5.改善视力与听力：正常的视力与听力主要是靠眼睛与耳朵得到良好的血液循环与神经传送。

6.心智情绪的改善：由于瑜伽使包括脑部在内的腺体神经系统产生回春效果，心智情绪自然会呈现积极状态。它使你更有自信，更热诚，而且比较乐观。每天的生活也会变得更有创意。