

瑜伽不仅可以修身更能养心

产品名称	瑜伽不仅可以修身更能养心
公司名称	长春市圣悦文化传播有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	吉林省长春市朝阳区西安大路与安达街交汇处盛嘉新城1栋701室
联系电话	043188599258 17386887362

产品详情

压力日益增加的今天，过度的紧张会使心智失去平衡。精神协调性减弱会使神经功能混乱，严重影响我们的健康。练习心灵瑜伽会使精神协调性增强，进而带动神经系统正常的运行。

瑜伽修身养心

长期处于过度紧张的环境会进一步引起精神上的疾病。其结果，个人的思想、行为、仪态、举止以及对于问题的看法，都会失去控制的能力(当然，我们常常发现有时只是失去部分的能力)，并出现各种超出常态的表情和行为。

任何年龄，任何性别，任何国家以及任何社会与经济背景的人，都可能深受其害。于是，在我们面前出现两个问题：第一，如何制止和改变精神导致的我们认为的疾病和问题;第二，如何以及用什么办法才能保持和控制心智，让精神恢复到我认为健康的状态。

长春圣悦瑜伽是波丽霸集团旗下的连锁瑜伽会馆，在长春有7家直营店，遍布于长春市各个区，目前瑜伽馆主要课程有瑜伽培训、肚皮舞培训、瑜伽教练培训等，且绝大多数的教练均为讲师级别的，绝对让您体验到纯正的瑜伽、肚皮舞课程培训！为了方便全国的瑜伽爱好者可以更好的学习瑜伽，圣悦瑜伽正在不断努力的开设其他瑜伽连锁会馆，力争打造全国性的瑜伽养生会馆！对于目前长春的瑜伽馆来说多数都是一个店面，很少会有连锁店面，这样一旦您搬家就会造成交通或时间上的不方便，而如果您选择了长春圣悦瑜伽馆，即使您换区居住，我们也可以为您安排就近的瑜伽馆为您服务！

联系人：圣悦瑜伽 联系电话：17386887362 V：syyj0431 网：www.86yujia.com