

Feel Good inspirativní den

Vyberte si až 6 seminářů do jednoho dne.

Každému tématu se bude lektor věnovat 1 hodinu tak, aby účastníci získali vhled a základní informace z dané oblasti.



Zdravé oči
Erika Župová



Psychosomatika
MUDr. Lenka Radková



Protizánětlivá strava
Petra Svobodová



Otužování a metoda Wima Hofa
Thomas Vejrážka



Mediace jako cesta k vyladění vztahů
Ing. Gabriela Levá



Stres - strach
Mgr. Petr Růžička



Mindfulness
Mgr. Lucie Vybíral Pastrňáková



Jóga pro každé pracovní místo
Iva Petráňová



Epigenetika - lze vyhrát nad svými geny?
Mgr. Lucie Vybíral Pastrňáková



Jak omezit chemii ve svém životě
Ing. Alena Humlová



Toxičtí lidé v našem okolí a jak na ně
Ing. Markéta Černá



Funkční trénink pro běžce
Mgr. Ondřej Matlach

Více o jednotlivých lektorech najdete na [Feel Good Team | Feel good company](#)

Feel Good Company buduje zdravou firemní kulturu, podporuje seberozvoj zaměstnanců a celkový wellbeing osobní i na pracovišti.