

Pracovní list k webináři o ženské kráse

www.martinakulichova.cz



Jak se zbavit emočního tuku a získat ženskou krásu?

Pracovním listem Vás v průběhu webináře provedu. Má přímou souvislost s konkrétními věcmi, které budu říkat. Prosím tedy NEVYPLŇUJTE SI NIC PŘEDEM.

EMOČNÍ TUK JE URČITÁ REAKCE TĚLA NA _____,
KDY ŽENA MUSÍ BÝT DOST _____, ABY TO ZVLÁDLA.



KE ZMĚNĚ, VYLÉČENÍ, ZVÝŠENÍ SEBEVĚDOMÍ, ÚBYTKU VÁHY DOJDE, KDYŽ NASTANE
_____.

ÚKOL č. 1: CO BUDU MÍT/UDĚLÁM, AŽ ZHUBNU?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Pracovní list k webináři o ženské kráse

MĚSÍČNÍ CYKLUS ŽENY SE SKLÁDÁ ZE 4 FÁZÍ. TA PRVNÍ JE _____.
TA DRUHÁ JE _____. TA TŘETÍ JE _____. TA ČTVRTÁ JE _____.



V DYNAMICKÉ FÁZI SE NEJLÉPE _____.

V OVULAČNÍ (EXPRESIVNÍ) FÁZI MÁM VÝBORNÉ _____ SCHOPNOSTI.

V PREMENSTUAČNÍ FÁZI NEJSEM HYSTERICKÁ, ALE _____.

MENSTUAČNÍ FÁZE SE NAZÝVÁ _____.

ÚKOL 2: 20 RADOSTÍ ŽIVOTA

1. _____ 2. _____
3. _____ 4. _____
5. _____ 6. _____
7. _____ 8. _____
9. _____ 10. _____
11. _____ 12. _____
13. _____ 14. _____
15. _____ 16. _____
17. _____ 18. _____
19. _____ 20. _____

V OKAMŽIKU, KDY POCHOPÍM _____, SVÉ _____ A
_____. NECHÁM JE ODEJÍT, TAK STEJNĚ TAK ODEJDE I _____.