

## Helena Vacková

úspěšně absolvoval/a:

### Instruktorský kurz Oxygen Advantage®

120 HODIN STUDIA

#### Dosažené studijní výsledky:

- Znalost funkčního dýchání ze tří hledisek: biomechanického, biochemického a psychofyziologického.
- Cvičení a protokoly k nápravě dysfunkčního dýchání.
- Stresová dechová cvičení pro tělo a mysl k vytvoření pozitivních adaptací, včetně zlepšení fyzické a duševní výkonnosti.
- Dechová cvičení a protokoly pro zlepšení kvality spánku, zlepšení zdraví, zlepšení koncentrace a pozornosti.
- Dechové programy přizpůsobené různým zdravotním stavům klientů.



**Patrick McKeown**  
Director of Education & Training

Oxygen Research Institute Ltd.  
Loughwell, Moycullen  
Co.Galway  
Ireland



**RNDr. Mgr. Václavek  
Rostislav**  
Oxygen Advantage®  
Master instructor



**Jiří Uhlíř**  
Oxygen Advantage®  
Master instructor

July 3, 2023

Date