TŁUMACZENIE: WYMAGA WERYFIKACJI NATYWNEJ

Witamy w Baskin Logic Fitness

Twoje darmowe prezenty · Wyłącznie edukacyjnie

Dziękujemy za dołączenie. To wszystko jest Twoje, za darmo, bez zakupu:

1. Ściąga: oddech i mobilność (1 strona)
2. Pranajama krok po kroku: 4 łagodne ćwiczenia oddechowe
3. Quiz „Znajdź swoją 5-minutową praktykę”: baskinlogicfitness.com/quiz/
4. 7-dniowy start: jeden krótki e-mail dziennie

Nasze podejście: tradycyjne praktyki jogi, pranajamy i qigong dla codziennego ruchu i spokoju. Działaj powoli i słuchaj ciała.

Z każdej wiadomości możesz wypisać się jednym kliknięciem.

Wyłącznie edukacyjnie, nie jest to porada medyczna. Nie służy diagnozowaniu, leczeniu ani zapobieganiu chorobom. © 2026 Baskin Logic · baskinlogicfitness.com