

## **YOGA HOMBRE impulsa la salud sexual masculina de forma integral**

**YOGA HOMBRE es un programa que ayuda a los hombres de cualquier edad y condición a mejorar, recuperar y conservar su salud sexual, ofreciendo una solución integral a estos problemas.**

YOGA HOMBRE es un programa que ayuda a los hombres de cualquier edad y condición a mejorar, recuperar y conservar su salud sexual, ofreciendo una solución integral a estos problemas. En Yoga Hombre los participantes recuperan su salud de manera gradual e integral, en cuerpo, mente y espíritu. El programa que utiliza está basado en la tecnología de Kundalini Yoga: ejercicios físicos, técnicas de respiración, meditaciones profundas y alimentación especial, lo cual mejora la salud, reconecta el poder sexual y la virilidad, todo de forma natural, libre de fármacos.

Yoga Hombre es consciente de que muchos hombres sufren disfunción eréctil o eyaculación precoz, que la mayoría calla y vive con el problema, impidiéndoles tener una vida plena. Estos padecimientos sexuales se detonan porque el hombre está sujeto a fuertes presiones sociales y laborales, estrés, depresión y problemas emocionales que van deteriorando su salud sexual. De no encontrar solución, estos problemas llegan para quedarse.

La salud sexual es integral, no es algo puramente físico, no sólo es un músculo que se debe mantener erecto, es mucho más que una condición médica. Para vivir un desempeño sexual saludable es necesario entender que el hombre es la suma de emociones, sensaciones, deseos, fuerza, energía. Por lo tanto, para sanar se necesita una atención integral, en cuerpo, mente y espíritu.

Una de sus técnica de recuperación de la salud sexual es a través del cuerpo:

Con Yoga Hombre se trabajan diversos ejercicios o posturas que ayudan a fortalecer, flexibilizar y reactivar los músculos sexuales, como la pelvis, la espalda baja, el abdomen, piernas y pecho. También se usan posturas de estiramiento para mejorar el sistema nervioso central, del cual depende, en gran medida, el desempeño sexual óptimo.

Para más información accede a su página web: [http://www.yoga-hombre.com/#!consulta\\_yoga\\_hombre/c2271](http://www.yoga-hombre.com/#!consulta_yoga_hombre/c2271)

---