

Guest list vakarai2-4 2024-10-30

First name	Last name	Jūsų amžius	Email	Ar turite aktyvių ar neseniai sugijusių traumų / fizinių sprigojimų?	Ar esate anksčiau sportavęs (-usi)? Jei taip, kokias veiklas ir kokių intensyvumą?
Giedrė	Prievelytė	30	g.prievelyte@gmail.com	turėjau kelio traumą prieš pusę metų, bet jau atrodo viskas gerai	kartais mankštą. Prieš metus grįžau po 10 m. į dziudo, dėl kelio sutrenkimo pastarąjį pusmetį nedaug sportavau, paskutinį mėn. kartais darau asmeninio trenerio sudarytą mankštą.
Ernesta	Sečinskytė	42	esecinskyste@gmail.com	Sėdimąjio nervo uždegimas	Taip
Linas	Petrauskas	42	l.petrauskas@gmail.com	Ne	Taip
Rūta	Diržanauskaitė	42	ruta.dirzanauskaitė@gmail.com	Ne	Taip, KK ;)
Augustas	Kanopka	14	augustas.kanopka@gmail.com	Ne	Taip lengvoji atletika, parkuras, gatvės šokiai.
Justina	Paunksnytė	38	justina.paunksnyte@gmail.com	Ne	Joga, KK
Milda	Juonė	45	milda.juone@gmail.com	Taip, dėl širdies	Taip, vidutinėms intensyvumui
Eisvaldė	Česonytė	28	eisvalde@gmail.com	Turiu plyšusį dešinio kelio meniską, tačiau jis neriboja judesių	Nelabai, esu bandžiusi įvairias veiklas, bet nieko pastovaus
Ugnė	Gailiūnienė	44	ugne.gailiuniene@gmail.com	ne	buvau čia pavasarį ;)
Vitalija	veževičienė	42	vitalija.vezeviciene@gmail.com	Kojos trauma, negaliu bėgti	Taip, sportuoju 3-4 d į savaitę
Danutė	Speičienė	83	speiciens.d@gmail.com	Plyšį pečio raščiui	Reabilitacinis / kineziterapijos krūvis 2k savaitę
Jurgita	Švedienė	60	watsu@svedas.net	Apatinės nugaros skausmai	Joga 3 kartus per savaitę
Greta	Vaikutė	45	grettava@gmail.com	Ne	Kundalini joga kasdien, Do in joga, Čigong
Gabija	PETRONYTE	37	gabija@studijaom.lt	Čurnos trauma	Joga, salė, dviračiai, kaitavimas, bėgimas ir daug viso kito gan intensyviai
Viktorija	Butvilytė	32	as.viktorija@gmail.com	Neturiu	Taip, bėgiojimas ir kitos veiklos
Miglė	Morkūnaitė	42	morkunaite.migle@gmail.com	Ne	Mažai
Giedrė	Selenytė	44	selenyte.giedre@gmail.com	ne	taip - pilatesas, tenisas
Justina	Simanavičiūtė	35	justina.simanaviciute1@gmail.com	Plyses kelio meniskas	Joga, pilatesas, vandens sportai. Esu fiziškai aktyvi
Domas	Dielautas	32	ddielautas@gmail.com	.	KK ;)
Inga	Stankaitė	42	sezentyte@gmail.com	ne	pilates
Mindaugas	Stankaitis	42	mindaugas.stankaitis@gmail.com	ne	taip, asmenines treniruotes sporto klube
Rūta	Rudokaitė	31	rudokaite.ruta@gmail.com	Ne	Kasdien darau saules pasisveikinimus. Prieš pora metų intensyviai lankiau jogą. Prieš tai cross fit.
Asta	Muralytė	49	Karamels2022@gmail.com	Ne	Taip.
Antuanetė	Bakšytė	16	Karamels2022@gmail.com	Ne	Taip, įvokių rūšys.
Rugilė	Švedaitė	3	ieva@svedas.net	Ne	-
Ieva	Švedienė	37	ieva@svedas.net	C6 - C7 skausai	Bėgimas ir įvairūs žygiai
Vitė	Jurgaitienė	42	vite.jurgaitiene@gmail.com	Neturiu	Dviračiai ir vaikai ;)
Donatas	Jurgaitis	42	donatasjurgaitis1@gmail.com	Ne	Mažai judu

Kaip sužinojote apie mus?	Kodėl norite prisijungti prie šių vakarinių užsiėmimų?
Prieš kelis mėn. sesės pasidalino, kad man patiktų ir labai laukiau Draugystės stovyklos išbandyti	Nes man smalsu pažinti save, suprasti apie savo kūną ir plėsti galimybių ribas. Suvokiū, kad kūnas turi būti vientisas, gali galeti daugiau nei žinau. Tai iššūkis man kylančią frustraciją kai nepavyksta paversti smalsumu, tobulinti
Jau lankiau, tai matyt nereik pasisakyti :)	Noriu toliau gilintis į šią judesio kultūrą ir pažinti savo kūną
;-)	Patogiausias laikas
-	-
Pažystu Severa	Savo gerumo ir geresnios kūno kontrolės
Iš IG	Norečiau rytė, tik šiek tiek per anksti :)
Rekomendacija	Noriu atrasti kitokį sportą
Pernai rugsėjį dalyvavau MOVI seminare, tačiau dar negalėjau sportuoti dėl kitos veiklos, o šiemet ieškau kiek pigesnių alternatyvų	Nes movement man labiausiai patiko iš visų išbandytų sporto veiklų
Facebook	buvo smagu :)
Iš draugės	Domiuosi įvairiomis judesio praktikomis. Trauma apribojo kitas intensyvas sportines veiklas
buvau čia pavasarį :)	Noriu įgyti Naujų žinių
Facebook reklama	Ieškau kaip Pajudėti kitaip
Ankačiau esu lankiusi jūsų užsiėmimus	Nes jūsų užsiėmimai dovanoja džiaugsmą ir laimę
Stories	Pabandžiau ir patiko 🥰
Iš meilės judesiu!	Nes labai labai man patinka (jūsų užsiėmimai), energija, Severas ir Monika yra the best!!!
Fb	Nes noriu sportuoti. Sudominot
soc medija	atrodė kitaip isikvepalu sportui
Instagram	Ieškau ko nors idomesnio nei grupines treniuotes ir fiziskai aktyviu žmonių bendruomenes :)
👉	👉👉👉
Reklama	noriu išbandyti šias praktikas, nes is draugu daug gero girdečiau.
per draugus	noriu išbandyti sia sporto rusi, nes draugai rekomendavo
Stovykla draugyste	Noriu geriau atpažinti kūną ir jo aktyvias zonas. Beį jas lavinti
Žmonės kalba :)	Severas nuostabus! Noriu tūrėti sveiką nugarą
Iš mamos.	Patiko Severas. Stiprinti kūną, mintis, dvasią
-	-
Iš vyro	Norisi pabandyti, gera progą nemokamai
Pažstu Audrių Tai Chi	Sudomino
Reklama	Noriu atrasti naujus būdus judėti