



JOGOS PRATYBOS

2013 M. GRUODŽIO 14 D., ŠEŠTADIENĮ

*„Išnykus kūno įtampai ir susitelkus į beribiškumą, asana tampa tobula“
(Patandžalio „Joga sūtra“, II.47)*

PRATYBOS SKIRIAMOS MŪSŲ

JOGOS MOKYTOJUI B.K.S. IYENGAR,

2013 M. GRUODŽIO 14 D. ŠVENČIANČIAM 95-ĄJĮ GIMTADIENĮ.

IŠ VISOS ŠIRDIES SVEIKINAME DIDĮJĮ MOKYTOJĄ

Pratybas ves: **Ramunė Zaleskaitė**

(Ajengaro joga, Junior Int. I)

Pratybose laukiami visi norintys: tik pradėję savo pažintį su Ajengaro joga ir jau praktikuojantys ne vienerius metus. Pratybose ieškosime įvairių būdų kaip pasiekti, kad buvimas asanoje būtų malonus, atpalaiduojantis ir džiuginantis, kad pati asana netaptų įvairių vidinių ir išorinių įtampų kūrėja.

Pratybų trukmė: 9.30 val.-12.30 val. (3 valandos).

Po to šilta arbatėlė ir malonūs pašnekesiai pasidalinant savo praktikos džiaugsmiais ir rūpesčiais

Pratybos vyks: Jogos rato studijoje, Krokuvos g. 8, Vilnius

(vietų skaičius ribotas)

Kaina: 100 Lt (mokėti galima grynais arba pavedimu)

Informacija: el. paštu info@jogosratas.com

ramune@jogosratas.com arba Ramunė, mob. tel. +37068624853

Mokėti: VšĮ „Jogos ratas“, įmonės kodas 300043912.

Bankas Swedbank AB, a/s LT48 7300 0100 8544 9887.

Tekste įrašyti „už 2013 m. gruodžio mėn. pratybas“