



Haladó Ászanák

2 alkalmas workshop

Szentendre, JógaTér

Szeretnéd magasabb szintre emelni a jógagyakorlásod?

Ezen a 2 workshopon elmélyülhetsz a jóga testhelyzeteibe, megtanulhatod hogyan kivitelezd és építsd fel biztonságosan és helyesen a haladó pózokat. Elsajátíthatod a fordított és kartámaszos egyensúlyozó testhelyzetek technikáit és kulcsfontosságú pontjait, és sok más haladó ászanát is kipróbálhatsz.

Lebontjuk a félelmeidet és új kapukat nyitunk meg a fejlődés útján!
Gyere és vedd bele magad az aszanák rejtjelmeibe!

A workshop időpontok: november 5., 26. 9:00-11:00

A 2 alkalmas workshop ára: 16000 Ft

Jelentkezni Klaudiánál a 06 20 359 6684-es számon tudsz.



Szeretettel és sok izgalmas
aszánával várlak!