

Στις 17/9/17 , θα πραγματοποιηθεί δωρεάν μάθημα-παρουσίαση στις σχολές

α) Κουνταλίνι Γιόγκα «Το άνοιγμα και η εξισορρόπηση των ΤΣΑΚΡΑ»

και

β) Δυναμική Γιόγκα, με τη μέθοδο της «Ατμοϋγροποίησης»

Κουνταλίνι Γιόγκα

Τα μαθήματα της Κουνταλίνι Γιόγκα βασίζονται στην διδασκαλία του Γιόγκι Μπάτζαν.

Ο Γιόγκι Μπάτζαν ξεκίνησε να διδάσκει την Κουνταλίνι Γιόγκα στην Αμερική το 1969, μέχρι τότε η Κουνταλίνι Γιόγκα ήταν μια μυστική και εσωτερική τέχνη που είχε λάβει από τους Γιόγκι των Ιμαλαΐων, τους Raj Yogis.

Την αποκωδικοποίησε και την ταξινομήσε με τέτοιο τρόπο που να είναι προσιτή στον άνθρωπο της δύσης.

Σε κάθε μάθημα της Κουνταλίνι Γιόγκα επιδρούμε στα διαφορετικά συστήματα του σώματος, μυοσκελετικό, αναπνευστικό, πεπτικό ενδοκρινικό, νευρικό για αποτοξίνωση, ενδυνάμωση και διεύρυνση ώστε να ζει ο ασκούμενος μια ζωή με χάρη και συνείδηση σε όλες τις συνθήκες.

“Κουνταλίνι Γιόγκα είναι η επιστήμη της ένωσης του πεπερασμένου με το άπειρο και η τέχνη της εμπειρίας του απείρου μέσα στο πεπερασμένο” Γιόγκι Μπάτζαν.

Δυναμική Γιόγκα, με τη μέθοδο της «Ατμοϋγροποίησης»

Σας έχει τύχει, ενώ γυμνάζεστε εντατικά, να μη νιώθετε κόπωση αλλά αντιθέτως να νιώθετε αναζωογονημένοι;

Αυτό το σπάνιο φαινόμενο μπορεί να συμβεί με τη Δυναμική Γιόγκα, όπου επιτυγχάνεται η «ατμοποίηση» και «υγροποίηση» των τοξινών και του περιττού λίπους.

Ελάτε να μάθετε πώς μπορείτε να διαλύσετε το συσσωρευμένο λίπος, δίχως φάρμακα και μηχανικά μέσα, ενώ παράλληλα, να επανέλθει η σφριγηλότητα στους χαλαρωμένους μύες. Ένα μοναδικό σύστημα, με ειδικές ασκήσεις για υγεία, ευεξία και μείωση βάρους.

Ημερομηνίες & Ώρες Διεξαγωγής:

Κουνταλίνι Γιόγκα - "Το άνοιγμα και η εξισορρόπηση των ΤΣΑΚΡΑΣ" – Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2017 | 10:30 – 12:30

Δυναμική Γιόγκα, με τη μέθοδο της «Ατμοϋγροποίησης» - Κυριακή 17 Σεπτεμβρίου 2017 | 13.00-14:30

Ελεύθερη Είσοδος

Χώρος Διεξαγωγής:

Ομακοείο Αθηνών, Αινιάνος 6 Πεδίοι Άρεως, 10431 Αθήνα

Πληροφορίες:

210-8210051 | omakoeio@otenet.gr | www.omakoeio.gr