

Yogaprana Studio

Intro



YogaPrana studio
nabízí lekce s úžasnými několik
let již praktikujícími a
zkušenými lektorkami.

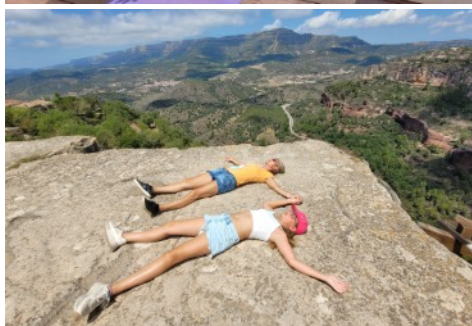
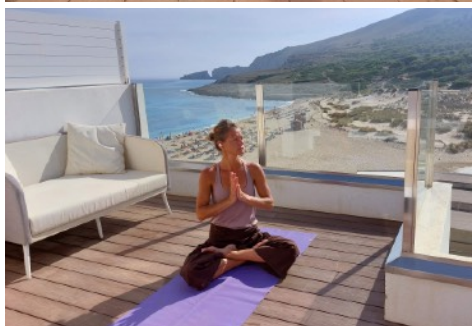
Mobil: +420 779870454
E-mail: studio@yogaprana.cz
www.yogaprana.cz

YogaPrana studio
Budějovická 118
Jesenice 252 42

Ahoj jogíne či zdráhající se zvědavče:),

vracím se k vám s dále se rozvíjejícím pohledem na téma bytí, jógy a jejího chápání. Ano, zní to možná pro někoho příliš vzletně a hned teď přestane číst.. Nicméně, stále více a více se učím, že jóga není žádná od života odtržená disciplína či věda, nýbrž jeho podstata, chápání a vnímání.

- Na foto výše vidíte, že se dá praktikovat všude a to v každou roční dobu (v zimě je třeba se obléct nebo ovládat techniku práce s vnitřním žářem Agni Sara :)).
- I na tak plné pláži jako je o sobotním horkém odpoledni v Kodani je možné na své podložce najít svůj prostor a klid díky umění meditace.
- Dále nám praktikování jógy pomáhá překonávat strach z neznámého, výšek, moře, samoty... Vlastně praxe jógy odstraňuje naše okovy a vede nás za hranice běžných dnů. Odhaluje mnohé dosud neviděné, nevnímané.



Nezapomínejme, že jóga otevírá mnoho cest a světů, jejichž nejcennějším darem je poznání. To nás přivádí k touze cestovat, stejně jako objevovat náš vnitřní svět ve chvílích, kdy cestovat jednoduše nemůžeme či nechceme.

Lektor: Silvie Štřelková
specializace : hatha yoga, kids & teen yoga, těhotenská jóga, jin jóga, hormonální jóga

Lektor: Katka Kůrková
Specializace: poweryoga, teen yoga, těhotenská jóga, hormonální jógová terapie dle Dinah Rodrigues

Lektor: Iiona Folberová
Specializace: hatha yoga a hormonální terapeutická jóga

Lektor: Klára Pavlíková
specializace: poweryoga, posílení středu

Lektor: Hanka Seidlová
specializace: meditace a pránické léčení

Další lektoři v jednání dle zájmu o nové styly (kundalini yoga).

Za těch **8 let existence** našeho YogaPrana studia žasnu nad tím, kolik životů je s námi již propleteno. Kolik osobních příběhů s námi každý klient prožil a stále prožívá. Je inspirující sledovat, jak se z našich praktikantů postupně stávají lektoři, jak z dětských lekcí již ti odrostlí přechází na dospělé lekce. Kolik léta trvajících přátelství se zde zrodilo. I to je síla probuzené energie, ať už jednotlivce či kolektivu.

Dovolte nám, i vás dosud nerozhodnuté, pozvat s námi sdílet probouzení vašich netušených kvalit.

- Probudit vaši kreativitu
- Probudit vaši touhu poznávat
- Probudit pochopení nutného a za nutné převlečeného
- Pochopit a ujasnit si, věci pro Vás skutečně důležité
- Připomenout, že samota není totéž co osamělost

Nezapomínáme ani na menší jogíny či individuálně nastavené lekce dle aktuálních potřeb klienta.