



B.K.S IYENGAR GIMIMO 100-TIS

Šiais metais turime puikią galimybę švęsti du šimtmečius:
Lietuvos Nepriklausomybės 100-ą ir jogos Guru Bellur Krishnamachar
Sundararaja Iyengar gimimo 100-ą.

2018 m. gruodžio 14 d. mūsų jogos Mokytojui B.K.S Iyengar būtų sukanę 100 metų. Mokytojas paliko mus prieš ketvertą metų, tačiau jo mokymas tęsiamas, jo mokiniai plačiai pasklidę po visą pasaulį.

Šių metų birželio mėnesį Gurudži 100-čio proga dalyvavau B.K.S Iyengar 1975 m. įsteigto Ramamani Iyengar Memorial Yoga Instituto (Pune, Indija) organizuotame šventiniame renginyje – intensyviuose jogos mokymuose Baltijos šalių mokytojams. Esu be galo dėkinga B.K.S Iyengar šeimai už pakvietimą ir likimui už galimybę šventę švęsti jogos tėvynėje, Indijoje.



Iš visos širdies dėkodama Jums už buvimą Iyengar jogos mylėtojais, praktikais ir studijos lankytojais, Vilniuje 100-tį noriu švęsti kartu su Jumis ir kviečiu į neeilinius, šventinius 100-čio renginius:

ATVIRŲ DURŲ DIENAS STUDIJOJE

2018 m. gruodžio 10 d., pirmadienį 7.30 - 8.30 val. rytinis Iyengar jogos užsiėmimas (Ramunė)

2018 m. gruodžio 12 d., trečiadienį 18.00 - 19.30 val. vakarinis pažintinis Iyengar jogos užsiėmimas (Ramunė, Aušrelė)

2018 m. gruodžio 14 d., penktadienį 7.30 - 8.30. val. rytinis pažintinis Iyengar jogos užsiėmimas (Aušrelė)

Informacija: užsiėmimai nemokami; dalyvauja visi norintys kartu švėsti 100-tį; vietą kilimėliui užsitikrinsite užsiregistruodami ramunejoga@gmail.com; atsineškite savo jogos kilimėlį, jeigu neturėsite – pasinaudosite studijos kilimėliu.

100 METŲ - 100 ASANŲ

2018 m. gruodžio 10 - 14 d. (pirmadienis – penktadienis)

Pagal studijos tvarkaraštį vyks visi jogos užsiėmimai, tačiau jie bus kitokie☺ Šventinės savaitės užsiėmimų metu bus visko: vinjasų – viena po kitos, be smulkių aiškinimų atliekamų asanų; ilgiau „išlaikomų“ asanų ir išsamesnių paaiškinimų; naujų, niekad dar nebandytų asanų; pranajamos ir labai tikiuosi - svečių noro kartu praktikuotis. Tikrai, tikrai – šią savaitę bus galima stebėti iš šono, nebūnant ant jogos kilimėlio☺

Į visus užsiėmimus kviečiu ne tik lankančiuosius, bet ir Jūsų artimuosius, draugus, kolegas ar prijaučiančius, vis nedrįstančius ateiti į studiją. Bus puiki proga susipažinti su joga. Svečiai galės prisijungti prie grupės praktikos arba iš šono stebėti ką gi mes čia darome, kaip gi „iš tolo“ atrodo jogos praktika, džiuginanti mūsų širdis ir suteikianti galimybę būti sveikesniems ir laimingesniems.

ŠIMTMEČIO ŠEŠTADIENIS SU TORTU

2018 m. gruodžio 15 d.

Baigiamasis 100-čio renginys su rytine praktika (pradžia – 9.30 val.), palinkėjimais, pasipasakojimais ir žinoma su gimtadienio tortu bei kvepiančia arbata ir kitokiomis suneštinėmis vaišėmis (apie 12.30 val).

ŠIMTMEČIO šeštadienį švėskime visi kartu, nepriklausomai nuo amžiaus, lankomos grupės, patirčių, vieni ar su šeima. Jokių apribojimų☺

Jeigu mažiesiems jogiukams nusibos žaisti jogos pozose, galės piešti ar iš jogos priemonių kurti savo šedevrus.

Renginių vieta: Slucko g. 3, II aukštas

Registracija ir informacija: Ramunė, mob. tel.: 8 686 24853, el. paštas: ramunejoga@gmail.com

www.iyengarjoga-ramunestudija.lt

<https://www.facebook.com/iyengarjogosstudija/>