

## Renkama nauja pradedančiųjų grupė **ANTRADIENIAIS**

**Vasario 13 d.**, antradienį, **17 val.** prasidės naujos grupės pirmasis užsiėmimas.  
Visą vasario mėnesį įsigyjantiems mėnesinį abonementą  
bus taikoma **20 proc. nuolaida.**

Kviečiu visus, norinčius praktikuoti Iyengar jogą – saugią, statišką ir dinamišką. Pozų teisingas atlikimas, jų seka ir išlaikymas pozoje sustiprina, subalansuoja visas kūno sistemas, leidžia nuraminti ir sutelkti protą, paruošia mus pranajamai, meditacijai.

Kai kam ši jogos praktika atrodo sunki, kai kam lengva:). Ji tikrai reikalauja atidumo, susikaupimo ir svarbiausia noro ir kantrybės žengiant subtilesniu, harmoningesniu ne tik jogos, bet ir kasdienio gyvenimo keliu.

Pasikvieskite savo draugus, pasidalinkite šia žinia su kitais, norinčiais, bet nediržtančiais pradėti:)

Registracija ir informacija: [ramunejoga@gmail.com](mailto:ramunejoga@gmail.com)

