



PAVASARIO LYGIADIENIO GARSŲ KELIONĖ **2026 m. kovo 18 d.**

Pavasario lygiadienis vėl kviečia susiburti ir kartu džiaugsmingai pasitikti Pavasarį. Atgyjančią gamtą jaučiame visomis jauslėmis, kiekviena savo kūno ląstele. Kad susikurti Pavasario magiją, mums paprasčiausiai reikia stabtelėti, giliau įkvėpti ir iškvėpti, užuosti ir pajusti, išgirsti ir priimti, išlaisvėti, atsikratyti žiemos krūvių, kuris kartais slegia ne tik mūsų fizinį kūną. O tai mes galime patirti išgirdami save per garsą. Garsas ramina, garsas jaudina, garsas žadina, garsas...gydo.

Keliausime su pažįstamais Pluto gongo, dainuojančių Tibeto dubenų, indėniškos fleitos, šamaniškų būgnų, kochi varpelių ir kitų archajiškų muzikos instrumentų garsais. O kaip ši kelionė vyks, patirsime tik keliaudami.

Kelionės vedle būsiu aš, *Ramunė Zaleskaitė* - jogos ir gydančio garso praktikė. Iyengar jogą praktikuojanti jau 25 metus, į Alicijos ir Ričardo Eiliakų gydančių garsų mokymus ir erdvę įsiliejusi beveik prieš aštuonerius metus, vedanti ne tik jogos užsiėmimus įvairioms grupėms, bet ir garso sesijas grupėms ir individualiai, daranti tibetietiškus dubenų masažus.

Kokia kelionė be šiltos arbatos, tad mėgausimės ir ja.

Kur?

Iyengar joga–Ramunės studija, Slucko g. 3, Vilnius. II aukštas, spausti skambutį „Iyengar jogos studija“

Kada?

2026 m. kovo 18 d., trečiadienį. Pradžia 18.00 val. (renkamės 10-15 min. anksčiau).
Trukmė – apie 2 val.

Kaina – 20 Eurų

Ką pasiimti? Gulėjimui patogią aprangą, šiltas kojines. Jeigu nori, gali atsinešti savo kilimėlį ir mylimą šiltą pledą.

Dalyvaujančių skaičius ribotas, vietas užsiima ankstyvieji.

Informacija ir registracija: Ramunė, el. paštu: ramunejoga@gmail.com

mob. tel.: +370 686 24853, www.iyengarjoga-ramunestudija.lt

Facebook paskyroje:

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

https://www.facebook.com/ramune.zaleskaite/?locale=lt_LT