



Sklad tijela, uma i duše

Joga u svakodnevnom životu Zagreb

JOGA CENTAR „Sri Devpuriji Ashram“, Jurišićeva 3

DAN OTVORENIH VRATA

Što je zapravo joga, zašto vježbati baš jogu i što je meditacija? Je li to nešto što mi može pomoći u svakodnevnom životu? Da li i ja mogu vježbati jogu? Koju jogu? Kako izgleda joga-centar?

Ako vas zanima odgovor na ova i neka druga pitanja, ako želite probati vježbati jogu ili saznati što radi udruga „Joga u svakodnevnom životu“ u Hrvatskoj zadnjih 30 godina, dođite u petak 25. listopada u naš centar u Jurišićevoj 3.

Evo što ćemo raditi:

- 9,00 – 10,30** „Joga za kralježnicu“ *ogledni sat joge za građanstvo (sa sobom treba ponjeti udobnu odjeću za vježbanje)*
- 16,30 - 17,30** **odgovaramo na vaša pitanja**
- 17,30 -18,00** **video „Joga u svakodnevnom životu - širom svijeta“**
- 18,00 – 19,30** **ogledni sat joge za građanstvo (sa sobom treba ponjeti udobnu odjeću za vježbanje)**
- 19,30 – 20,15** **predavanje „Joga u svakodnevnom životu“**
- 20,15** **čaj i degustacija vegetarijanske hrane za one koji su sudjelovali u programu konzultacije**