



## Öt tibeti jóga rítus oktatás és gyakorlás

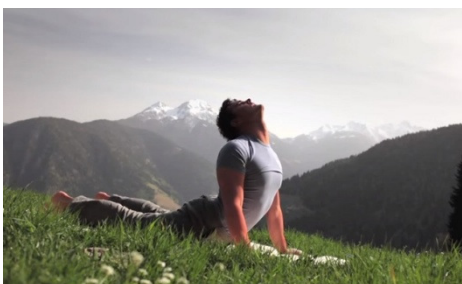
Ezt az oktatásunkat negyedévente egyszer rendezzük meg, a legközelebbi időpontról és egyéb részletekről a (70)320-3923-as számon, vagy az [info@maitrastudio.hu](mailto:info@maitrastudio.hu) címen érdeklődhetsz.

**Az örök fiatalság forrását** a nyugati világ Tibetben találta meg, öt csodás ászana füzéréként. Persze mi mindenről azt képzeljük, hogy úgy működik, mint egy pirula: beveszem, nem fáj. Azért az élet mindig rávezet a valóságra: ha életmód szinten teszed magadévá a csodás ötöst, s az őt körülvevő eszmeiséget, működni fog. Egyszerűen csak megtanulni, kevés :o)

Kevés, de minden út az első lépéssel kezdődik. Ha gondolod, hogy szívesen járnád a tibeti ötös fiatalító útját, tedd meg nálunk az első lépést.

**Egyetlen délután alatt elsajátítjuk az egyes ászanákat (ne aggódj, mindenki a saját szintjén, ha soha nem jógáztál, az nem akadály), és magunkévá tesszük az összefűzött gyakorlás szépségét és erejét.**

**A tanfolyami díj 5 000,- Ft, ami tartalmazza a kiadásra kerülő elméleti anyagot is.**



[www.maitrastudio.hu](http://www.maitrastudio.hu) ;

(70)320-3923 ;

[info@maitrastudio.hu](mailto:info@maitrastudio.hu)