

Kriya Jooga Satsang

Kriya Jooga satsangid eestis, toimuvad 2023 aastal aadressil: Tallinn, Weizenbergi 20, Gaia kooli, esimese korruse saalis järgnevatel aegadel:

25 oktoober 2023, kell 18.30 – 20.00

22 november 2023, kell 18.30 – 20.00

20 detsember 2023, kell 18.30 – 20.00

Kriya Jooga satsangid on inimestele, kes on läbinud Kriya jooga I astme pühenduse ja soovivad saada täpsust oma joogapraktikate kohta.

Keskendume esialgu Kriya Hatha jooga 18 asana õppimisele, õpime kasutama 18 asana variatsioone, mille vajalikkus võib olla tingitud inimese tervislikust või füsioloogilisest eripärast.

Praktiseerime koos pühendusel antud vastava päeva kundalini pranayamat ning kasutame 7dat meditatsioonitehnikat vastuste saamiseks ette antud teemal.

NB! Palume saabuda kohale hiljemalt 18.30

Joogamatid on kohapeal olemas

Võta kaasa avaramad riided joogapraktikaks ja märkmik märkmete jaoks

Osaluse panus 10 eur. Osaluspanus läheb ruumi kasutamise kulude katteks ja Kriya Jooga Acharyate ordu tegevuse toetamiseks. Tasumine toimub kohapeal.

Kontakt: kivimae.jakk@gmail.com