



# *Звукът на йога*

*Семинар по нада йога  
на 22 февруари 2015 г.  
09:00–16:30 ч.*

Българска йога асоциация има удоволствието да ви покани на едnodневен семинар по нада йога: „Звукът на йога“, който ще се проведе на 22 февруари 2015 г. в йога център „Арадхана“.

Семинарът ще даде познания и умения за това как да слушаме, чуваме и чувстваме както външния, така и вътрешния звук. Практиките на нада йога помагат за постигането на дълбоко спокойствие и фино преживяване на вътрешна хармония.

Техниките, които ще въведат в преживяването на звука, ще обхванат от произвеждането на външни звуци чрез глас или инструмент, до спонтанното чуване на вътрешните звуци.

Семинарът е предназначен за практикуващи йога и имащи основни познания за енергийното тяло и центрове.

Водещи: Надя Гаврилова и Гергана Захариева

Цена на семинара: 40 лева при записване до 14.02 вкл.

Цена на семинара: 45 лева при записване след 14.02

Цена за вегетариански обяд (по желание): 10 лева.

За информация и записване: йога център „Арадхана“,  
ул. „Родопски извор“ 43А, зала 1, тел. 9581 -571, 0884687700.