

SVEIKI,

**KOVO 17 D. PRADEDAME REGISTRACIJĄ Į
LIEPOS 29 – RUGPJŪČIO 2 DIENOMIS VYKSIANČIĄ
VASAROS JOGOS STOVYKLĄ !!!**

*Jogos stovykla – tai galimybė skirti laiko sau, būti, bendrauti su draugais ir bendraminčiais,
dalintis šviesiomis mintimis, gera nuotaika...*

*...Ryte bėgti per rasotą žolę, maudytis garuojančiame ežere, medituoti, praktikuoti jogą, atlikti
pranajamą, valgyti skanų sveiką maistą, pajauti vidinę ramybę, atsipalaidavimą, harmoniją.*

**DAUGUMOS JŪSŲ PAGEIDAVIMU STOVYKLOJE
VĖL GONGŲ MEDITACIJA!**

*„Gongų garso terapija – ypatingas metodas, harmonizuojantis ir subalansuojantis fizinį, emo-
cinį ir dvasinį kūną. Jums tereikės atsigulti, atsipalaiduoti ir leisti sau pasinerti į visaapimantį
gongų garsą.“*

STOVYKLOS VIEŠNIA!!!

Kotryna Cikanauskienė – lektorė, autorė, mentorė ir konsultantė, augalinės mitybos ir sveikos gyvensenos klausimais. Ji supažindins su augaline mityba, skirs dėmesio kai kuriems kitiems gyvensenos faktoriams, bei subtilesniems mitybos klausimams.

VIETA NESIKEIČIA

*Kaip ir pernai jogos vasaros stovykla vyks sodyboje „TUNDRA“ Nastazavo kaime 3,
Ignalinos rajone, Aukštaitijos nacionaliniame parke.
Sodyba įsikūrusi miške, vienkiemyje ant Tuolo ežero kranto.*

JOGOS RATAS vedančiosios