



Yantra* joga - Tibetska joga pokreta.

Na zapad 70tih prenesena od Tibetanskog Majstora Namkhai Norbu-a. Trenutno se otkriva na svjetskoj jogističkoj sceni kao linijski oblik jogističkog vježbanja, nepromjenjen i sačuvan u svom izvornom obliku kao Budistički ekvivalent sveprisutne Hatha joge Hindu tradicije.

U jutarnjem bloku Offyoga festivala Yantra joga biti će prezentirana kroz kratko uvodno predavanje, demonstraciju i zajedničko vježbanje.

Prezentaciju će voditi Ante Samodol, učitelj joge (E-RYT500 nivo) i bodywork praktičar (Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa RH, razina 655h), trenutno u školovanju još neautorizirani učitelj Yantra joge.

*Trul khor (tib.) - Instrument magičnog kretanja

Za više informacija:

<http://www.yantrayoga.net/about>

https://www.facebook.com/pg/yantrayogacroatia/about/?ref=page_internal