



# КРИЯ ХАТХА ЙОГА УЕДИНЕНИЕ

## С НЕВЕНА ДОТИНА

<http://www.babajiskriyayoga.bg/>  
<http://www.babajiskriyayoga.net/english/home.htm>

ПРОГРАМА НА УЕДИНЕНИЕТО В СКОПИЕ 22 – 23 ДЕКЕМВРИ 2018

С радост ви каня на това уединение за задълбочена практика на Крия Хатха Йога. По време на това обучение ще изследваме серията от 18 асани в дълбочина. Ще се запознаем с техните ефекти върху енергийното тяло (пранама я коша) и менталното тяло (маномая коша). Ще задълбочим познанието си за традицията на Тамилската Йога Сиддханта и нейния интегрален подход за развиване и изявяване на нашия креативен потенциал. Ще имаме възможност и да практикуваме техники от другите раздели на Крия Йога на Бабаджи – Крия Мантра Йога, Крия Бхакти Йога, Крия Дхияна Йога, както и някои пранаями за пречистване и лекуване на тялото.

Оставам на ваше разположение за повече информация.

Невена ДОТИНА  
0033/760526994  
dotina@abv.bg

Събота 22 декември 2018/

Начало: 9.00 Уводна лекция / Крия Мантра Йога

Практика : 10.00 Крия Хатха Йога / Пранаяма / Дхияна

Обяд: 12.30

Практика : 14.30 - 17.00 Крия Хатха Йога/ Пранаяма /Дхияна

Неделя 23 декември 2018/

Начало: 9.00 Крия Мантра Йога/ Крия Хатха Йога/ Пранаяма/ Дхияна

Обяд: 12.30

Практика : 14.30 – 17.00 Крия Хатха Йога / Пранаяма/ Дхияна / Обмяна на опит

ОМ КРИЯ БАБАДЖИ НАМА АУМ