



Yoga Flow | Guida Completa

di Bettina Pfaff

Dedico questa guida ai miei allievi e a tutti coloro che hanno lo yoga nel cuore e che con grande audacia, pazienza e grande passione affrontano il proprio sentiero yogico, che non è sempre facile da percorrere; a volte risulta spigoloso, arduo e difficoltoso, mettendo a dura prova la perseveranza.

Il libro è stato pensato come piccolo sostegno per questo viaggio da intraprendere a livello fisico, mentale e spirituale, per districarci tra gli svariati aspetti del sentiero yogico con indicazioni chiare, complete e dirette!

Il mio augurio è di rimanere più possibilmente ancorati nell'attimo presente, magari supportati da un amico fedele: sì, è proprio il nostro tappeto yogico, affidabile, magico e a volte addirittura "volante"!

Ora non mi rimane che augurarvi una buona lettura, che possa essere d'ispirazione per un'esperienza profonda, sentita e gioiosa!

"Buon Yoga Flow" / Namastè, Bettina

www.jivayoga.it



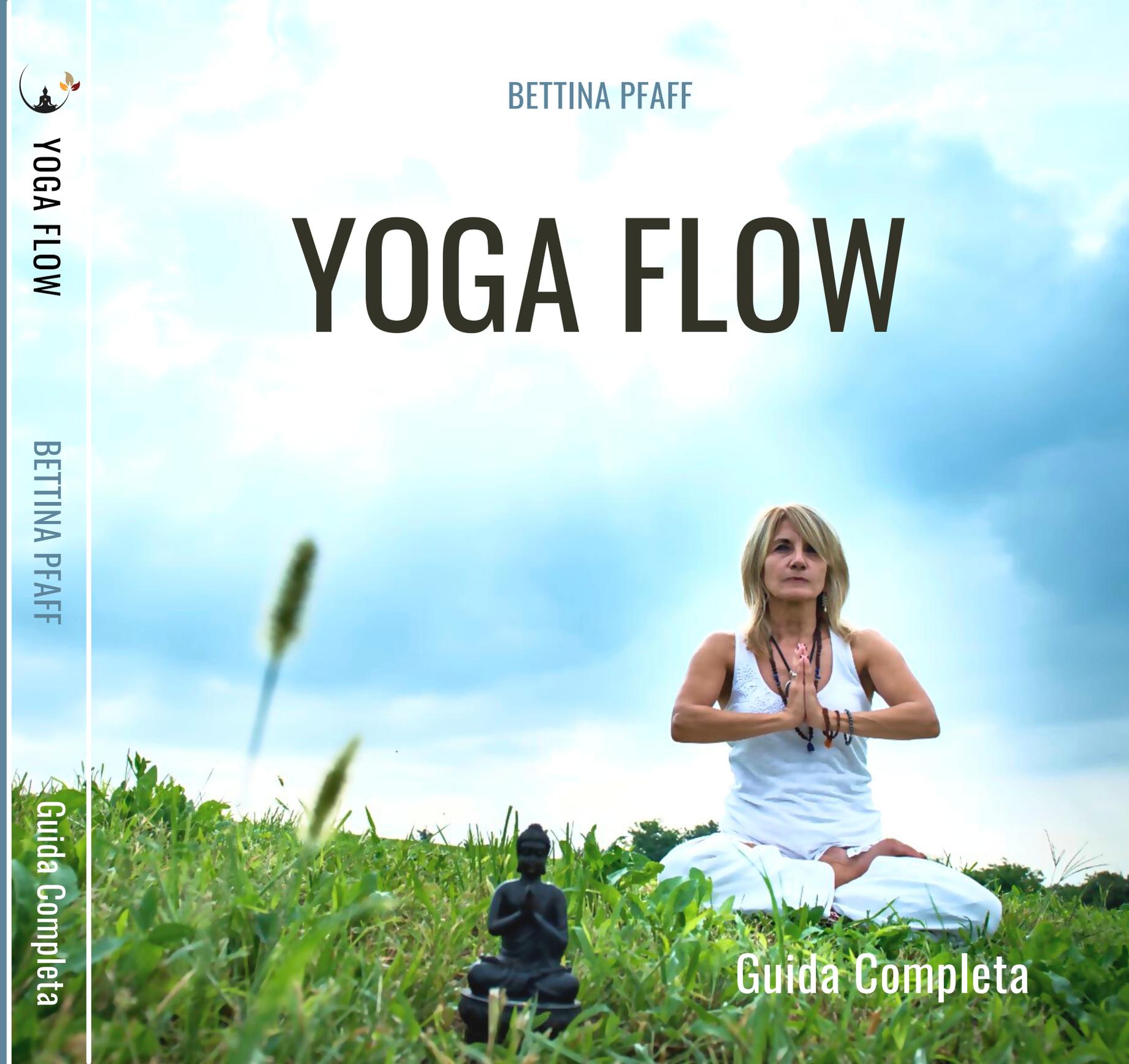
YOGA FLOW

BETTINA PFAFF

Guida Completa

BETTINA PFAFF

YOGA FLOW



Guida Completa