

Kriya Jooga satsangid eestis, toimuvad 2024 esimesel poolaastal aadressil: Tallinn, Weizenbergi 20, Gaia kooli, esimese korruse saalis järgnevatel aegadel:

24 jaanuar 2024, kell 19.00 – 21.00

21 veebruar 2024, kell 19.00 – 21.00

27 märts 2024, kell 19.00 – 21.00

24 aprill 2024, kell 19.00 – 21.00

29 mai 2024, kell 19.00 – 21.00

19 juuni 2024, kell 19.00 – 21.00

Kriya Jooga satsangid on inimestele, kes on läbinud Kriya jooga I astme pühenduse ja soovivad saada täpsust oma joogapraktikate kohta. Keskendume esialgu Kriya Hatha jooga 18 asana õppimisele, õpime kasutama 18 asana variatsioone, mille vajalikkus võib olla tingitud inimese tervislikust või füsioloogilisest eripärast. Praktiseerime koos pühendusel antud vastava päeva kundalini pranayamat ning kasutame 7dat meditatsioonitehnikat vastuste saamiseks ette antud teemal. NB! Palume saabuda kohale hiljemalt 18.50 Joogamatid on kohapeal olemas Võta kaasa avaramad riided joogapraktikaks ja märkmik märkmete jaoks Osaluse panus 10 eur. Osaluspanus läheb ruumi kasutamise kulude kateks ja Kriya Jooga Acharyate ordu tegevuse toetamiseks. Tasumine toimub kohapeal.

Kontakt: [kivimae.jakk@gmail.com](mailto:kivimae.jakk@gmail.com)