

Йога-тур на Гоа



Минск, Беларусь

«Волшебная Индия. Дыхание жизни»

Приглашаем Вас в невероятную страну - Индию, туда, где вечное лето, бесконечные пляжи, изумрудный океан, улыбчивы, гостеприимны люди и незабываемые впечатления.

Вылет: 10 октября по 25 октября; 14 дней/13 ночей

В программе курса-тренинга:

Асаны (упражнения)

Пранаяма (дыхательные практики)

Крии (очистительные практики)

Мудры

Бандхи (чрезвычайно важная группа упражнений)

Медитативные практики

Мантропение (постановка голоса)

Кроме того:

Комплекс упражнений «Приветствие солнцу»

Йога питания

Пение по 7 чакрам

Комплекс «Дыхание радости»

Беседы

Мастер-класс мастером по приготовлению простых вегетарианских блюд с учетом местной специфики использования индийских специй.

Утреннее созерцание, утренняя тренировка и вечернее занятие.

Проживание:

Отель Naathi Mahal Resort (Хаати Махал Ресорт) переводится как "Дворец Слонов" и является самым престижным курортом в южном Гоа.

Цена: **250 \$**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

Марина Марина

+375 (29) 5-001-001