

Йога-туры: в Таиланд за душевной гармонией

Шумный город стал слишком тесным и душа требует релаксации?

Значит, самое время отправиться на поиски внутренней гармонии в солнечный и райский Пхукет (Таиланд).

И поможет в этом наш йога-тур, тщательно разработанный и продуманный до мельчайших деталей.

Для вашего удобства студия йоги «XXX» подготовила несколько дат, которые смогут влиться в расписание даже самого занятого человека:

- XX–XX октября;
- XX–XX декабря;
- XX–XX декабря;
- XX декабря–XX января.

Почему именно Пхукет?

Этот город признан одним из самых размеренных и утонченных. Здесь погода всегда будет на вашей стороне, а пейзажи за окном помогут в достижении просветления и поисках гармонии.

В чем особенности нашего йога-тура?

1. Возможность познакомиться с удивительными людьми со всех уголков России.

Под эгидой йога-тура ежегодно встречаются десятки необычных и очень интересных людей, готовых делиться опытом.

2. Комплексная программа медитаций и йога-практик.

В течение недели вы сможете постигать тайны йоги, учиться контролировать свое тело и ум, а также погружаться в медитации, способствующие релаксации и восполнению энергии.

3. Стать участником может каждый желающий.

Неважно практикуете вы йогу каждый день или являетесь новичком в этой области. Каждый желающий может стать частью удивительного йога-путешествия и настроить методику практики под себя.

4. Опытный преподаватель с 10-летним стажем.

Йога-тренер ХХХ станет не только вашим учителем, но и другом, который поможет выбрать свой путь, подобрать подходящие практики и освоить медитационные техники.

Мы проработали каждую деталь

Разработанный йога-тур включает в себя множество полезных нюансов, как для опытных участников, так и новичков:

- подробная отстройка поз;
- индивидуальное составление практики (особенно полезно начинающим);
- разбор теории и практики йоги;
- исторический и философский экскурс, который позволит лучше понять всю систему йога-школы;
- медитации и дыхательные практики (пранаяма);
- элементы парной растяжки и акройоги.

Как поехать?

Для того чтобы отправиться в незабываемое путешествие достаточно:

- выбрать желаемую дату;
- зарегистрироваться, заполнив небольшую онлайн-форму;
- оплатить 50 % стоимости программы;
- определиться с местом проживания.

Способы оплаты:

- перевод на счет Яндекс Денег;
- перевод на расчетный счет компании.

Что в результате?

За неделю пребывания в Пхукете вы сможете не только оздоровить тело и дух, но и достичь ясности ума и 100 %-го расслабления. Вы уедете домой просветленным, умиротворенным и полным решимости действовать и развиваться.