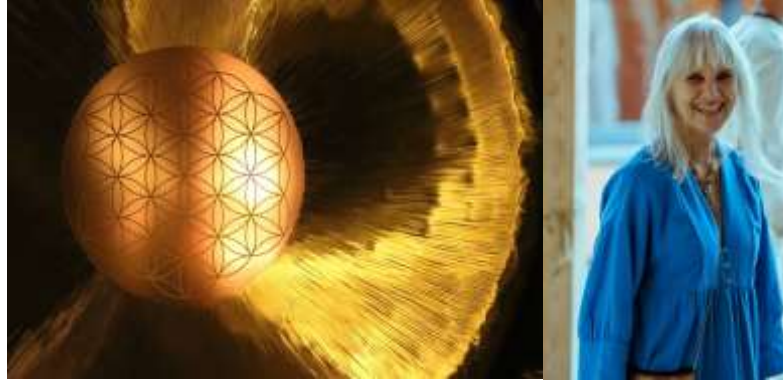


KALĖDINĖ DĖKINGUMO GARSŲ KELIONĖ



Artėjant didžiosioms metų šventėms - ramybės, susikaupimo, dalijimosi ir dėkingumo metui iš visos širdies noriu padėkoti Visatai ir Jums už gyvenimo dovanas, už nuostabius susitikimus, už draugystę..

AČIŪ! AČIŪ! AČIŪ! MIELIEJI, KAD ESATE KARTU!

KVIEČIU prieššventinį trečiadienio vakarą kartu keliauti po garsų platybes.

Kelionėje mus lydės jau pažįstami magiškus garsus skleidžiantys instrumentai: Pluto gongas, dainuojantys tibetietiški dubenys, kochi varpeliai, tingsha, subtilioji fleita ir kiti.

Kelionės vedle būsiu aš, Ramunė - jogos ir gydančio garso praktikė. Iyengar jogą praktikuojanti daugiau nei 20 metų, į Alicijos ir Ričardo Eiliakų gydančių garsų mokymus ir erdvę įsiliejusi prieš šešerius metus.

Kur?

Iyengar joga–Ramunės studija, Slucko g. 3, II aukštas, skambutis „IYENGAR JOGOS STUDIJA“.

Kada?

2023 m. gruodžio 20 d., trečiadienį. Pradžia 18.00 val. Trukmė – apie 2 val. Prašymas nevėluoti, atvykti 10 min. iki susitikimo pradžios.

Kaip vyks ši kelionė?

Kalėdinėje Dėkingumo Garsų Kelionėje ir judėsime ir gulėsime. Skirsime laiko kūno atsipalaidavimui (joga akims, liežuviui, širdžiai). Palaipsniui leisimės į meditacinę kelionę sielai garsų vibracijose kiekvienas savo ritmu, savo jausmu, savo paleidimu, susitikimu. Garsas ves mus ten, kur šiuo metu jam reikia būti.

Sugrįžę, keletą minučių liksime tyloje, susikaupime ir ramybėje. Kelionę užbaigsime vaišindamiesi žolelių arbata ir skanėstais, dalindamiesi savo patirtimis bei įžvalgomis.

Energetiniai mainai pagal pajautimą.

Pasiimti: šiltą aprangą ir kojines; jeigu gali - savo mylimą puodelį arbatai; jeigu nori - atsinešk savo jogos kilimėlį, pledus / antklodes.

Registracija: Ramunė, el. paštu: ramunejoga@gmail.com

Studijoje vietų skaičius ribotas, laimi pirmieji!

Informacija: Ramunė, mob. tel.: +370 686 24853, www.iyengarjoga-ramunestudija.lt ir studijos Facebook paskyroje