



RUDENS LYGIADIENIO GARSŲ KELIONĖ 2024 m. rugsėjo 25 d.

Keičiantis metų laikams, stojant lygiadieniui, mes kuriame savo šventes, savo ritualus. Rudens lygiadienis, kaip ir kiti sakralūs momentai, kviečia mus stabtelėti nuo nepaliaujamo bėgimo, sukimosi darbuose, buityje, santykiuose. Tai laikas, vėl atsigręžti į savo vidų, atkurti sakralų ryšį su visata, prisiminti savo tikrąją prigimtį, kurti pusiausvyrą, vientisumą ir harmoniją.

Studijoje jau tradicija tapo lygiadienius švęsti keliaujant Garsų Kelionėje, kur mes susijungiamo su savo jautriomis, išminties, gerumo ir meilės pripildytomis sielomis. Tad leiskimės garsų ir virpesių kelionėn, kad pasitinkant rudenį uždegtume savo vidinę šviesą ir ją dalintumėmės su kitais tamsiuoju metų laikotarpiu.

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, vedanti garso sesijas, garso masažus grupėse ir individualiai.

Garsų kelionėje mums skambės jau pažįstami Pluto gongo, dainuojančių Tibeto dubenų, indėniškos fleitos garsai. Rudens atėjimą liudys šamaniškų būgnų, kochi varpelių ir kitų archajiškų muzikos instrumentų virpesiai.

O kokia kelionė be šiltos arbatos, tad mėgausimės ir ja.

Kur?

Iyengar joga–Ramunės studija, Slucko g. 3, Vilnius. II aukštas, spausti skambutį „Iyengar jogos studija“

Kada?

2024 m. rugsėjo 25 d., trečiadienį. Pradžia 18.00 val. (renkamės 10-15 min. anksčiau).
Trukmė – apie 2 val.

Kaina – 20 Eurų

Ką pasiimti? Gulėjimui patogią aprangą, šiltas kojines. Jeigu nori, gali atsinešti savo kilimėlį ir mylimą šiltą pledą.

Dalyvaujančių skaičius ribotas, vietas užsiima ankstyvieji.

Informacija ir registracija: Ramunė, el. paštu: ramunejoga@gmail.com
mob. tel.: +370 686 24853, www.iyengarjoga-ramunestudija.lt
ir studijos Facebook paskyroje <https://www.facebook.com/iyengarjogosstudija/>