

**CURS YOGA EZOTERICĂ INTEGRALĂ ONLINE pentru începători!**  
**CURS SĂPTĂMÂNAL ONLINE ÎN FIECARE JOI, ORA 19.00.**  
**ONLINE pe platforma zoom.**

**Link-ul de intrare va fi postat în fiecare joi pe pagina de FB „Yoga in Timisoara”**  
**PRIMA LUNA DE CURS ESTE GRATUITĂ!**

**Cursurile săptămânale implică lecții tipărite.**

**O abordare practica sistematică și intensivă!**

**Informații: Tel.: 0742 044 969; FB: „Yoga in Timisoara”**

Ca urmare a hotărârii Comitetul Județean pentru Situații de Urgență Timiș din 23 oct 2020 prin care se suspendă activitatea de pregătire fizică în sălile de sport/fitness, pe o perioadă de 14 zile, începând cu 26 oct. 2020, Cursul de Yoga pentru începători din cadrul Asociației Dacica Timișoara, care se desfășura în fiecare joi de la ora 19.00 la sediul asociației din str. Virgiliu 1A, se va susține doar online începând cu data de 29 oct 2020 până anularea acestei hotărâri.

Cursul va avea loc pe platforma ZOOM în fiecare joi de la ora 19.00. Link-ul de conectare și parola de intrare vor fi postate în fiecare joi pe pagina de facebook „Yoga in Timisoara”. Rugăm participanții care intră pe platforma zoom să aibă cameră video și să-și seteze profilul cu numele și prenumele din CI. Cei care nu vor respecta aceste condiții nu vor fi acceptați la cursul online.

Cursul nostru este un curs de yoga ezoterică integrală. Yoga integrală este o combinație inteligentă de metode specifice tradiționale utilizate în vederea dezvoltării armonioase a fiecărui aspect al ființei umane: fizic, emoțional, mental, intelectual și spiritual.

Tehnicile yoga predate sunt simple și la îndemâna fiecăruia. Acest curs se adresează atât începătorilor cât și avansaților, deoarece conține mult mai multe elemente practice tradiționale decât veți găsi în toată literatura yoga din Occident.

**Prin practica yoga puteți realiza:**

- redobândirea sau menținerea unei stări de sănătate excelentă
- armonizarea trupului
- eliminarea prin modalități perfect naturale a stresului și a oboselii
- restabilirea echilibrului psiho-mental
- stimularea sistemului imunitar
- îmbunătățirea considerabilă a memoriei
- o integrare armonioasă în familie și în societate
- trezirea și amplificarea voinței
- o stare de dinamism și eficiență
- amplificarea inteligenței și umorului
- dezvoltarea atenției și a puterii de concentrare
- stare de calm și pace lăuntrică
- dinamizarea intuiției
- o viață amoroasă fericită și împlinită

- **trezirea și amplificarea puterii de a iubi**
- **trezirea puterilor paranormale benefice latente în ființa**
- **cunoaștere profundată de sine**
- **desăvârșirea pe multiplele planuri ale ființei**

Școala de yoga ezoterică MISA este cea mai mare școală de yoga din România și din Europa. Succesul acestei școli de yoga, atât în România cât și în străinătate, se datorează unei abordări tradiționale riguroase a sistemului yoga, volumului mare de elemente teoretice și practice studiate și integrării coerente a valorilor și practicilor yoghine în contextul cultural occidental.