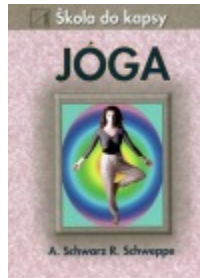


Jóga – Škola do kapsy



[Aljoscha A. Schwarz](#)

Jóga – Škola do kapsy - Aljoscha A. Schwarz
ke stažení PDF Kniha pojednává o
zjednodušeném systému ke zvládnutí jógy,
který její autoři nazvali Jóga easy. Jóga je
vynikající příležitostí k tomu, aby se tělo,
duše a duch dostaly do harmonie, k zachování
zdraví a ohebnosti do vysokého věku a pro
nalezení vnitřního klidu a vyrovnanosti.
Cvičení podle této knížky jsou časově
nenáročná

