O joge - články

Pretože od jari 2020 Joga Narajana

neponúka skoro žiadne verejné kurzy,

táto stránka potrebuje podstatné zmeny.

Prosíme preto o zhovievavosť,

kým bude stránka nanovo prepracovaná.


Stručne o joge


Ako cvičiť ásany?


Perly o joge


O joge trochu hlbšie

Joga a kvety

Prečo cvičiť pravidelne?

Joga a zdravá výživa

Joga ← späť