

NEDEN YOGA?

Yoga yapmak için sizinde nedenleriniz olabilir?

Sağlıklı bir bedene sahip olmak istiyorsanız?

Sağlıklı bir bedenle spor yapmak istiyorsanız?

Duruş bozukluklarınız , skolyoz ,HSB, omurga problemleriniz VARSA,

Kalp,diyabet , tiroit, tansiyon problemleriniz VARSA,

Panik atak ve depresyon yaşamınızdaysa,

Stresinizi yönetmek istiyorsanız,

Hamileyseniz,

Sağlıklı yaş almak istiyorsanız,

Kendinize YOGA hediye ediniz .