Автор: Doberman
26.01.2023 00:00



Отзывы о практике Сурья Намаскар | Surya Namaskar Yoga | Центр СемиЗнание

Мария Ракитская https://vk.com/astrologmaru 23 мая 2020 в 17:08
Приветствие Солнцу
Глубокое наполнение дыхание.
Наполнение энергией тела на тонком уровне, прилив сил после практики.
Хорошо чувствуешь тело.
После практики чувствовала себя очень хорошо.
Благодарю Николай Дмитриев https://vk.com/udmen
за подробное разъяснение!

Мария Ракитская https://vk.com/astrologmaru 24 янв 2023 в 18:17
Ментальное и физическое здоровье- так по-разному, но вместе. Здоровое тело и ментальное состояние. О чём ещё мечтать?!
Год начался отлично, снова вернулась к практикам.
Практика Сурья Намаскар отличная практика всё это прочувствовать.
То чувство, когда после первой практики ты чувствуешь спину, а не горб, уже вау.
Энергии и сил даёт много.
Мечтаю о здоровом теле!
Благо дарю, Андрей , это было... огонь

Автор: Doberman
26.01.2023 00:00



Автор: Doberman
26.01.2023 00:00

