

Jóga, očista a rituály



[Václav Krejčík](#)

Jóga, očista a rituály - Václav Krejčík ke stažení PDF Podtitul: Domácí jógové studio. Ájurvéda, tradiční indický přístup ke zdraví, přinesla společně s jógou do mého života prostředky pro zdroj fyzické a mentální energie. V souladu s těmito přístupy se s vámi rád podělím o návod, jak být fit a v kondici a jak během relativně krátké doby dosáhnout očisty. Představím vám jedno

