

IOGA

La paraula loga significa unió i aquesta tècnica facilita l'exploració i la integració del nostre organisme a tots els nivells.

El resultat és que, treballant i aprofundint en el loga, obtenim una salut física equilibrada, una harmonia de claredat mental i pau interior, així com una capacitat de visió espiritual, coneixement i comprensió.

El loga necessita un aprenentatge per mitjà de personal qualificat i amb experiència, però és principalment un mètode personal basat en la llibertat i la capacitat individual.

El practicant de loga pren a mà el seu progrés dia a dia per aconseguir una veritable autonomia.

PROPERAMENT

Els dimecres a la tarda classes de IOGA

