



**YOGIC
STUDIES**

Introduzione alla storia e alla filosofia dello Yoga ONLINE CLASS

Introduzione allo yoga e agli yogic studies

Asceti e saggi: lo yoga delle origini

Modern yoga: la nascita del modern postural yoga,
lo yoga nel mondo di oggi

Storia degli āsana RETREAT

Posizione meditativa nell'India Antica

Lo yoga dello sforzo: Tantra & Yoga Medievale

La proliferazione degli Asana